

Perspektif

Pejabat Pendaftar UMT



VOLUME 15
DISEMBER 2025



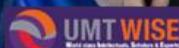
UMT WISE
World class Intellectuals, Scholars & Experts
"Connecting the best minds"



Pelancaran Direktori Kepakaran:

UMT Wise

"Connecting the Best Minds."



Search for experts...

Expert Information

Home / Expert Information

PROFESSOR DR. MUHAMMAD IKHWANUDDIN BIN ABDULLAH @ POLITY AK KRIA

Chancellery
ikhwannuddin@umt.edu.my
<https://wise.umt.edu.my/ikhwannuddin>

Executive Summary

Professor Mhd Ikhwanuddin is a leading expert in aquaculture in Malaysia. He currently serves as the Deputy Vice-Chancellor (Research and Innovation) at Universiti Malaysia Terengganu (UMT). From 2018 to 2025, he was appointed Director of the Institute of Tropical Aquaculture and Fisheries (AKUATROP), which has been recognized as a Higher Institution Centre of Excellence (HiCoE) by Malaysia's Ministry of Higher Education. As the founding Director of this HiCoE, Professor Ikhwanuddin successfully positioned AKUATROP as Malaysia's premier institution advancing food security through aquaculture. With more than three decades of dedicated research in crustacean biology, reproduction, fisheries, and aquaculture, Professor Ikhwanuddin has established himself as a prominent authority in his field. His expertise focuses on the fisheries and aquaculture of commercially valuable crustacean species, including mud crabs, blue swimming crabs, marine shrimp, and giant freshwater prawns. Internationally recognized for his pioneering work in mud crab breeding and culture, he has spearheaded over 110 projects at national, international, and industry levels, including more than 50 international grants, securing total funding exceeding RM20 million. His scholarly contributions include over 320 peer-reviewed publications, 17 books, 13 book chapters, and 7 policy papers. As a mentor, Professor Ikhwanuddin has supervised and graduated 19 PhD and 27 MSc students as the Main Supervisor, contributing significantly to the growth of aquaculture science and capacity building in the region. Since 2021, he has consistently ranked among the World's Top 2% Scientists in Fisheries for five consecutive years, according to the Stanford-Elsevier Top 2% Scientists database.



View CV

Expertise

LIFE SCIENCES

Fisheries And Aquaculture Sciences

- Aquaculture Sciences
- Aquaculture Selective Breeding



eISSN 2785-9037



9 772 785 903 005

Sidang Editorial



Ts. Wan Abdul Manan bin
Wan Abdullah
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



Tengku Nuriah binti Tengku
Abdul Rahman
Editor



Wan Noor Emilia binti Wan
Kamal Saifudin
Urusetia

Kandungan

- | | | | |
|-----------|--|-----------|---|
| 4 | Kalam Pendaftar | 37 | Senamrobik Fit & Run Sempena Road to EVAW: Program Santuni Kasih @ KRT |
| 5 | UMT WISE: Platform Digital Memacu Keterlihatan dan Kolaborasi Akademik Peringkat Global | 38 | Program Transformasi Berat Badan UMT Sempena Sambutan Bulan Malaysia Sihat Sejahtera |
| 8 | Seminar UMT Kupas Rahsia Kekal Sejahtera di Tempat Kerja | 40 | Pertandingan Boling "Pendaftar Fun Strike" |
| 11 | Lawatan Kerja Lembaga Pengarah Universiti ke Stesen Penyelidikan Alami Biodiversiti Kenyir (SPABK) | 42 | Pengalaman Berharga Sertai Sukan Keselamatan Universiti Awam (SUKUA) |
| 13 | Program Suai Tugas Strategik Pegawai Utama dan Pegawai Kanan UMT | 43 | PKU Cemerlang di Kejohanan Sukan Staf Antara PTj UMT 2025 |
| 15 | MUNCH 2025 Kukuhkan Agenda Promosi Kesihatan di Universiti Awam | 44 | Trend Dadah Masa Kini: Kesan Kepada Organisasi |
| 17 | Inovasi@UMT 2025: Cakna Inovasi Pemangkin Generasi Lestari | 47 | Keluarga Bebas Dadah - Keluarga Lestari Aspirasi Sihat (KILAT) |
| 21 | Program Perhimpunan Warga (Gerak Ceria) Sempena Sambutan Bulan Integriti Nasional Peringkat UMT 2025 | 48 | Burnout! Out of Control! |
| 23 | Retreat Lembaga Pengarah dan Pengurusan UMT Kukuhkan Perancangan Strategik 2026 | 50 | Jauh Di Mata, Dekat Di Hati |
| 24 | Lawatan Kerja Pusat Polis Bantuan dan Keselamatan Universiti Putra Malaysia (UPM) ke Bahagian Keselamatan Universiti Malaysia Terengganu (UMT) | 52 | Siri Minda Sihat 10/2025 - Sihat Emosi, Harmoni Keluarga @ Kasih Keluarga Bahagia Bersama |
| 26 | Lawatan Penanda Aras Universiti Pertahanan Awam Malaysia (UPNM) ke Universiti Malaysia Terengganu (UMT) | 54 | Jom Sihat UMT: Jom Bangkit Untuk Menjadi Lebih Baik |
| 28 | Lawatan Kerja Universiti Malaysia Sarawak (UNIMAS) ke Universiti Malaysia Terengganu (UMT) Perkukuh Jaringan Kerjasama | 55 | Anugerah Staf Terbaik Bulanan Pejabat Pejabat Tahun 2025 |
| 30 | UMT dan Komuniti Kampung Kubang Badak Jayakan Program Gotong-Royong Mega Gempur Aedes 1.0 | 56 | Pesara (Ogos hingga November 2025) |
| 32 | MEDIX6 Raih Kemenangan Kali Kedua, Dinobatkan Juara Keseluruhan Pertandingan Perekasayaan Semula Prosedur Kerja (REDI2025) | 58 | Belasungkawa Tahun 2025 |
| 34 | Majlis Penyerahan Ambulans Baharu dan Kenderaan Serba Guna Serena kepada PKU UMT | | |
| 35 | Program Sambutan Hari Menangani Keganasan Terhadap Wanita 2025 - Road to EVAW | | |

KALAM PENDAFTAR



Tanpa sedar kita telah menjangkau akhir tahun 2025. Kita perlu lihat kehadiran bulan Disember bukan sekadar sebagai penutup kalendar, tetapi sebagai ruang untuk berhenti seketika dan melihat semula perjalanan yang telah kita lalui. Dalam kesibukan menyelesaikan tugas, memenuhi petunjuk prestasi dan menyesuaikan diri dengan pelbagai keperluan, sering kali kita terlupa bahawa kemajuan sebenar tidak diukur semata-mata melalui angka atau pencapaian jangka pendek, tetapi melalui pertumbuhan warga, kematangan organisasi dan keupayaan kita untuk terus konsisten dalam melaksanakan tugas.

Setiap peranan yang digalas, sama ada dalam bidang akademik, pentadbiran, penyelidikan, pengurusan dan profesional atau sokongan adalah sebahagian daripada ekosistem besar pembinaan ilmu dan pembangunan negara. Sepanjang tahun ini, kita harus sedar bahawa kekuatan sesebuah institusi tidak terletak pada strukturnya semata-mata, tetapi pada keupayaannya untuk menyesuaikan diri, menyahut cabaran dan terus melangkah ke hadapan walaupun berdepan ketidakpastian. Perubahan dasar, kekangan sumber serta tuntutan pemegang taruh yang semakin kompleks menuntut kita untuk berfikir dengan lebih matang dan bertindak dengan lebih strategik.

Dalam menghadapi semua ini, setiap usaha yang dicurahkan walau sekecil mana pun telah menyumbang kepada pembinaan budaya kerja yang lebih berdaya tahan, berintegriti dan berfokuskan nilai. Budaya inilah yang menjadi asas kepada kelestarian universiti kita, bukan sahaja untuk hari ini, tetapi untuk masa akan datang.

Jika kita lihat peranan Pejabat Pendaftar, ianya tidak terhad kepada pengurusan proses, pematuan peraturan atau pelaksanaan dasar semata-mata. Pejabat Pendaftar memainkan peranan penting sebagai pembangun bakat, pemupuk kesejahteraan warga dan pemangkin budaya kerja berprestasi tinggi. Ia juga memperkasa potensi individu mengikut peranan masing-masing serta memastikan warga merasakan diri mereka dihargai, didengar dan mempunyai hala tuju yang jelas.

Bulan Disember ini memberi kita peluang untuk memperbaharui niat dan memperkukuh keazaman untuk mendengar dengan lebih empati, bertindak dengan lebih bijaksana dan memimpin dengan lebih berani. Ia juga masa yang sesuai untuk menilai semula pendekatan, menambah baik kelemahan dan meninggalkan amalan yang tidak lagi relevan dengan aspirasi universiti.

Menjelang tahun baharu, marilah kita melangkah dengan semangat yang diperbaharui dan kejelasan tujuan. Bukan sekadar untuk menjadi lebih cekap dalam melaksanakan tugas, tetapi untuk menjadi lebih bermakna dalam setiap sumbangan yang diberikan. Sesungguhnya universiti yang berwibawa tidak dibina hanya melalui strategi dan perancangan, tetapi melalui warga yang terus belajar, terus berkembang dan percaya bahawa perubahan yang mampan sentiasa bermula dari dalam.

Selamat Tahun Baharu 2026!

Ts. Wan Abdul Manan bin Wan Abdullah
Pendaftar
Universiti Malaysia Terengganu

UMT WISE: Platform Digital Memacu Keterlihatan dan Kolaborasi Akademik Peringkat Global

Oleh: Noor Hazila binti Hashim



ABOUT UMT | STUDY | RESEARCH | STUDENT & CAMPUS LIFE | NEWS



The Universiti Malaysia Terengganu (UMT) Experts Directory connects you with leading academics in marine science and related fields.

Explore collaborations and engage with our experts.

Find an expert →

Our Niche Areas of Expertise

From marine science and aquatic resources to social innovation, UMT leads research that makes a real impact. Our researchers are dedicated to creating sustainable solutions and driving positive change for communities and the environment.



Dalam usaha memperkukuh ekosistem ilmu dan penyelidikan UMT, Pejabat Pendaftar dengan kerjasama Pusat Ekosistem Digital telah membangunkan direktori kepakaran, **UMT WISE**.

UMT Wise dibangunkan sebagai platform strategik yang menghimpunkan kepakaran akademik UMT dalam satu direktori maya yang mudah diakses. Ia direka untuk memperkasakan visibiliti pensyarah dan penyelidik serta membuka ruang kolaborasi yang lebih luas antara universiti, industri, agensi kerajaan dan masyarakat umum. Dalam dunia yang semakin berorientasikan data dan jaringan pintar, UMT Wise tampil sebagai alat pepadanan kepakaran yang bukan sahaja efisien, tetapi juga inklusif dan berwawasan.



MAKNA DAN FUNGSI UMT-WISE

Perkataan “WISE” mencerminkan aspirasi UMT untuk menampilkan barisan cendekiawan bertaraf dunia yang bersedia menyumbang ilmu dan kepakaran mereka demi kesejahteraan bersama.

W

WORLD-CLASS

I

INTELLECTUAL

S

SCHOLARS

E

EXPERTS

Melalui UMT Wise, kaedah carian profil kepakaran mengikut kata kunci telah memudahkan pencarian, malah profil kepakaran pensyarah dapat dipapar secara lebih komprehensif. Setiap profil memuatkan latar belakang akademik, bidang kepakaran, penerbitan, geran penyelidikan, pengajaran dan lain-lain. Penyusunan maklumat ini bukan sahaja meningkatkan kredibiliti penyelidik, tetapi turut memperkuat reputasi UMT sebagai institusi yang aktif menghasilkan pengetahuan dan inovasi.

Selain itu, UMT Wise turut memainkan peranan penting dalam mempercepat proses pepadanan penyelidik. Dalam penyelidikan moden, pendekatan multidisiplin semakin menjadi keperluan. Dengan adanya direktori ini, para penyelidik dapat mengenal pasti rakan kerjasama yang tepat dalam masa yang singkat, sekali gus melancarkan urusan permohonan geran, perancangan projek dan pelaksanaan kajian. Pepadanan yang lebih cekap ini diyakini mampu meningkatkan produktiviti penyelidikan serta membuka ruang kepada peluang baharu yang lebih bernilai.

Tidak hanya bermanfaat kepada penyelidik, UMT Wise turut menjadi sumber rujukan penting untuk pelajar prasiswazah dan pascasiswazah. Pelajar kini dapat merujuk profil pensyarah secara lebih terperinci bagi memilih penyelia projek, mendapatkan pakar rujuk atau menelusuri inspirasi dalam membina kerjaya akademik. Dengan gambaran kepakaran yang jelas, proses membuat keputusan menjadi lebih mudah dan berinformasi.



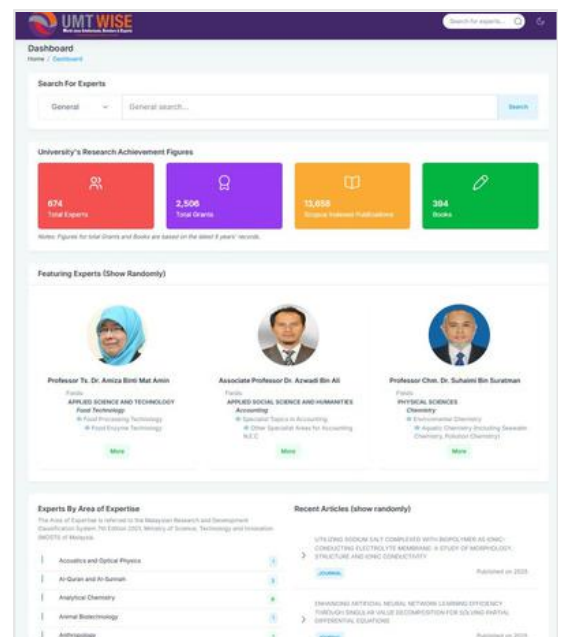
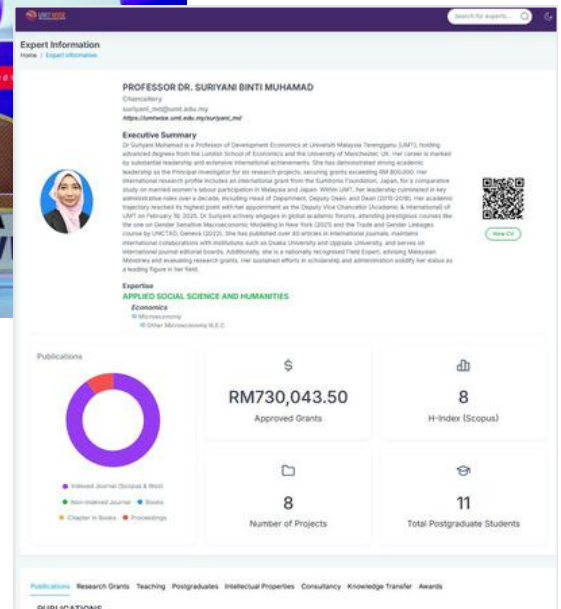
PELANCARAN UMT-WISE



Secara rasminya, UMT WISE telah dilancarkan oleh Naib Canselor semasa Program Perhimpunan Warga pada 16 November 2025. Dalam amanat pelancaran, Naib Canselor menekankan kepentingan UMT Wise dalam membina masa depan universiti sebagai institusi berimpak tinggi. Beliau mengingatkan bahawa dunia akademik hari ini memerlukan keterlihatan yang jelas agar penyelidikan yang dihasilkan tidak tenggelam dan potensi kerjasama tidak terbantut.

Beliau menyatakan: "Kita kini berada di persimpangan era baharu Universiti berimpak tinggi. UMT Wise adalah kunci untuk mengoptimalkan aset intelektual kita, memastikan penyelidikan tidak tersembunyi lagi. Kita telah memecahkan tembok; akses kepada pakar UMT kini pantas dan komprehensif, menandakan permulaan era kolaborasi yang lebih pintar. Ini adalah langkah strategik untuk meletakkan setiap kepakaran UMT di peta dunia. UMT Wise: Ia bukan sahaja direktori, tetapi janji kita untuk mencipta impak berterusan. *UMT Wise is Connecting the Best Minds.*"

Amanat ini menggariskan keyakinan bahawa UMT kini berada di landasan kukuh untuk menembusi jaringan global yang lebih luas menerusi pemetaan kepakaran yang jelas dan mudah dicapai.



Seminar UMT Kupas Rahsia Kekal Sejahtera di Tempat Kerja

Oleh: Wan Nor Ahmad Syaifuddin bin Wan Norazmi K.B;P.A



Seminar Kerukunan Psikologi & Kaunseling dalam Amalan Kesejahteraan Organisasi 2025 anjuran Pejabat Pendaftar UMT membuka ruang wacana tentang kesejahteraan insan di tempat kerja. Seminar yang diadakan pada 9 - 10 September 2025 ini menggabungkan pendekatan psikologi, kaunseling dan teknologi, seterusnya memberi inspirasi kepada peserta untuk memahami keseimbangan emosi, ketahanan mental serta keupayaan organisasi menghadapi cabaran semasa.

Pendaftar UMT, Ts. Wan Abdul Manan bin Wan Abdullah menjelaskan bahawa seminar ini mengangkat fokus realiti bahawa isu kesejahteraan pekerja dan organisasi kian kompleks seiring dengan cabaran globalisasi, tuntutan kerja serta tekanan kehidupan semasa. Menurut beliau lagi, kesejahteraan organisasi yang semakin mencabar dari tahun ke tahun memerlukan pendekatan yang komprehensif dengan menggabungkan sinergi psikologi, kaunseling dan teknologi terkini bagi memastikan kesejahteraan warga kerja dapat dipelihara dan diperkukuh.



Selain memberi pendedahan akademik, seminar ini turut memberi impak positif terhadap kesihatan mental di tempat kerja. Antaranya termasuk meningkatkan kesedaran tentang kepentingan keseimbangan psikologi dalam produktiviti, membantu organisasi mengenal pasti strategi pencegahan lesu upaya, memperkukuh daya tahan pekerja dalam menghadapi tekanan kerja serta menggalakkan budaya sokongan emosi di persekitaran kerja. Di samping itu, penggunaan teknologi melalui pelantar digital dan aplikasi sokongan psikologi turut membuka ruang baharu dalam memperkukuh kesejahteraan organisasi secara lebih menyeluruh dan berkesan.



Antara topik utama yang dibincangkan ialah Kesejahteraan Organisasi: Sinergi Psikologi dan Teknologi; Asertif di Tempat Kerja: Antara Realiti dan Fantasi; *Psychological First Aid (PFA)* dan *Choice Theory & Reality Therapy (CTRT)* - Aplikasi Rentas Usia; Anak Bereh, Mok Pok Bereh (Anak Okay, Mak Ayah Okay); Aplikasi Teori Analisis Transaksional di Organisasi; Lesu Upaya: Cegah dan Rawat; dan Mengekalkan Daya Tahan Manusiawi Dalam Organisasi.



Seminar ini turut menampilkan barisan pakar terkenal seperti Profesor Datuk Dr. Mohd Tajudin bin Md Ninggal, Datin Dr. Ruhani binti Mat Min, Profesor Dr. Ahmad Jazimin bin Jusoh, Dr. Alizi bin Alias, Dr. Rozanizam bin Zakaria, Puan Fazelah binti Mohamad dan Puan Siti Fatimah binti Abdul Ghani, yang berkongsi ilmu dan pengalaman sepanjang penganjuran seminar ini.

Dengan penganjuran seminar ini, Pejabat Pendaftar UMT menegaskan komitmennya dalam memperkukuh kerjasama antara pakar psikologi, kaunselor dan warga organisasi demi kesejahteraan mental dan pembangunan modal insan negara.



Lawatan Kerja Lembaga Pengarah Universiti ke Stesen Penyelidikan Alami Biodiversiti Kenyir (SPABK)

Oleh: Aznurulain binti Mohamad & Zahirah binti A Razak



Bagi menyelami agenda penyelidikan kelestarian alam sekitar yang dilaksanakan oleh penyelidik UMT, lawatan kerja oleh Pengerusi dan ahli Lembaga Pengarah UMT telah diadakan ke Stesen Penyelidikan Alami Biodiversiti Kenyir (SPABK) pada 14 September 2025.

SPABK merupakan hab penyelidikan utama yang memfokuskan kepada dua bidang teras iaitu biodiversiti dan pengurusan sumber semulajadi serta pembangunan sosial komuniti setempat. Semasa lawatan, delegasi diberikan taklimat komprehensif mengenai pelbagai projek penyelidikan multidisiplin yang sedang giat dijalankan.

Lembaga Pengarah turut berkesempatan menaiki *Discovery Kenyir*, makmal bergerak menuju ke SPABK serta menyaksikan demonstrasi penggunaan *Electro Fishing Boat*, iaitu teknologi yang digunakan bagi tujuan kajian dan pengumpulan data spesies akuatik di Tasik Kenyir. Selain itu, Lembaga Pengarah juga dibawa melawat kemudahan makmal, bilik seminar dan penginapan yang disediakan bagi menyokong keperluan saintis tempatan dan antarabangsa yang menjalankan penyelidikan jangka pendek dan jangka panjang di SPABK.

Lembaga Pengarah telah meletakkan harapan yang tinggi untuk melihat SPABK terus berkembang menjadi hab penyelidikan dan rujukan biodiversiti bertaraf antarabangsa.



Program Suai Tugas Strategik Pegawai Utama dan Pegawai Kanan UMT

Oleh: Norhafizah binti Mohd Suib



Pusat Pembangunan Bakat dan Inovasi (PPBI) telah menganjurkan Program Suai Tugas Strategik Pegawai Utama dan Pegawai Kanan UMT bertempat di Hotel Grand Puteri, Kuala Terengganu pada 11 Disember 2025. Program ini telah dihadiri oleh seramai 37 orang peserta yang terdiri daripada Pegawai Utama dan Pegawai Kanan UMT.



Siri pertama Program Suai Tugas Strategik ini bertujuan membina kesepakatan kefahaman dan tindakan Ketua Pusat Tanggungjawab (PTj) terhadap hala tuju serta keutamaan strategik UMT melalui sesi libat urus bersama pengurusan tertinggi UMT.

Program dimulakan dengan taklimat oleh Dr. Shahreza bin Md Sheriff, Pengarah Pusat Pembangunan Bakat dan Inovasi yang memperincikan pelaksanaan Program Suai Tugas UMT merangkumi tiga siri utama yang dirangka secara berfasa bagi memperkukuh kefahaman, kompetensi tadbir urus serta pemerkasaan kepimpinan Ketua PTj.



Sesi pertama program disampaikan oleh Puan Azizah binti Hasan, Bendahari UMT menerusi tajuk "*Tadbir Urus Kewangan: Kita Pegang, Kita Jaga*". Sesi ini memberi pendedahan kepada Ketua PTj mengenai aspek pengurusan kewangan, akauntabiliti serta kepatuhan terhadap peraturan dan tatacara kewangan universiti, selaras dengan keperluan pengurusan kewangan yang berintegriti dan berhemah di peringkat PTj.

Sesi kedua diteruskan dengan perkongsian oleh YBrs. Profesor Ts. Dr. Mohd Fadzil bin Mohd Akhir, Pro Naib Canselor (Strategi, Prestasi dan Korporat) UMT bertajuk "*Peranan Ketua PTj dalam Memacu Kecemerlangan UMT*". Perkongsian ini menekankan peranan strategik Ketua PTj dalam menyumbang kepada pencapaian prestasi dan reputasi universiti.

Program seterusnya menampilkan perkongsian yang disampaikan oleh YBrs. Profesor Ir. Ts. Dr. Mohd Zamri bin Ibrahim, Naib Canselor UMT bertajuk "*Sinergi Kepimpinan Ketua PTj: Menjulung Kebersamaan UMT*". Dalam sesi ini, beliau telah menyampaikan aspirasi kepimpinan universiti, memperjelaskan hala tuju strategik UMT serta menegaskan peranan Ketua PTj dalam memperkukuh budaya kerja berpasukan dan semangat Kebersamaan UMT.

Program Suai Tugas ini diakhiri dengan "*Wacana Strategik Kepimpinan dan Pengurusan Universiti*" bersama barisan Timbalan Naib Canselor UMT iaitu YBrs. Profesor Dr. Suriyani binti Muhamad, Timbalan Naib Canselor (Akademik dan Antarabangsa) UMT, YBrs. Profesor Dr. Muhammad Ikhwanuddin bin Abdullah @ Polity Ak Kria, Timbalan Naib Canselor (Penyelidikan dan Inovasi) UMT dan YBrs. Profesor Dr. Mohd Izani bin Mohd Zain, Timbalan Naib Canselor (Hal Ehwal Pelajar dan Alumni) UMT. Sesi ini membincangkan agenda serta perancangan universiti dalam konteks akademik, penyelidikan dan hal ehwal pelajar, di samping mengupas isu serta cabaran semasa dalam usaha memacu agenda dan kecemerlangan UMT.

Diharapkan program ini menjadi kompas kepimpinan yang menyatukan aspirasi, peranan dan komitmen PTj dalam memacu kecemerlangan UMT berteraskan semangat Kebersamaan UMT.



MUNCH 2025 Kukuhkan Agenda Promosi Kesihatan di Universiti Awam

Oleh: Dr. Wan Norisah binti Wan Yaakob



Program 3rd Malaysian Universities National Health Convention (MUNCH) 2025 berjaya dilaksanakan dengan penuh gemilang pada 20 - 21 Ogos 2025 bertempat di Raia Hotel & Convention Centre, Terengganu.

Konvensyen anjuran bersama Pusat Kesihatan Universiti (PKU), Universiti Malaysia Terengganu (UMT) dan Pusat Kesihatan Pelajar Universiti Sultan Zainal Abidin (UniSZA) ini merupakan inisiatif di bawah Majlis Kesihatan Universiti Awam Malaysia (MAKESUM) dengan sokongan Kementerian Pendidikan Tinggi (KPT) serta Yayasan Perkasa Siswa.

Majlis perasmian MUNCH 2025 telah disempurnakan oleh YBrs. Prof. Dr. Zainal Amin bin Ayub, Timbalan Ketua Pengarah Pendidikan Tinggi (Akademik dan Penyelidikan), KPT.

Bertemakan "Empowering Healthy Community: The Future of Health Promotion", konvensyen ini menghimpunkan seramai 122 kakitangan kesihatan daripada 20 Universiti Awam seluruh Malaysia serta 20 orang pelajar daripada UniSZA, UMT, USM dan IIUM. Program ini menjadi wadah penting bagi memperkukuh kefahaman dan pelaksanaan amalan promosi kesihatan di peringkat universiti.



Menurut Dr. Arnie binti A. Rahim, Pengarah PKU UMT, antara objektif utama penganjuran MUNCH 2025 ialah untuk membina kapasiti profesional kesihatan dengan melaksanakan program promosi kesihatan yang berkesan di universiti masing-masing.

Selain itu, ianya menyediakan platform penyelidikan dan pembentangan ilmiah bagi warga kesihatan dan pelajar universiti untuk meningkatkan kesedaran terhadap pencegahan penyakit melalui perkongsian ilmu bersama pakar dan penyelidik.

Ujar beliau lagi, MUNCH turut dapat memantapkan kolaborasi strategik antara institusi kesihatan, penyelidik dan pihak industri bagi memperkukuh jaringan promosi kesihatan.

Selain sesi pembentangan dan forum, penganjuran MUNCH 2025 turut diserikan dengan pameran kesihatan, sesi perkongsian ilmiah, dan aktiviti interaktif yang memberi peluang kepada peserta bertukar pandangan serta memperluas rangkaian profesional.

Menurut penganjur, program ini bukan sahaja meningkatkan literasi kesihatan dalam kalangan warga universiti, malah menjadi pemangkin kepada pembangunan komuniti kampus yang sihat, berdaya tahan dan sejahtera, seiring aspirasi Malaysia MADANI.



Inovasi@UMT 2025: Cakna Inovasi Pemangkin Generasi Lestari

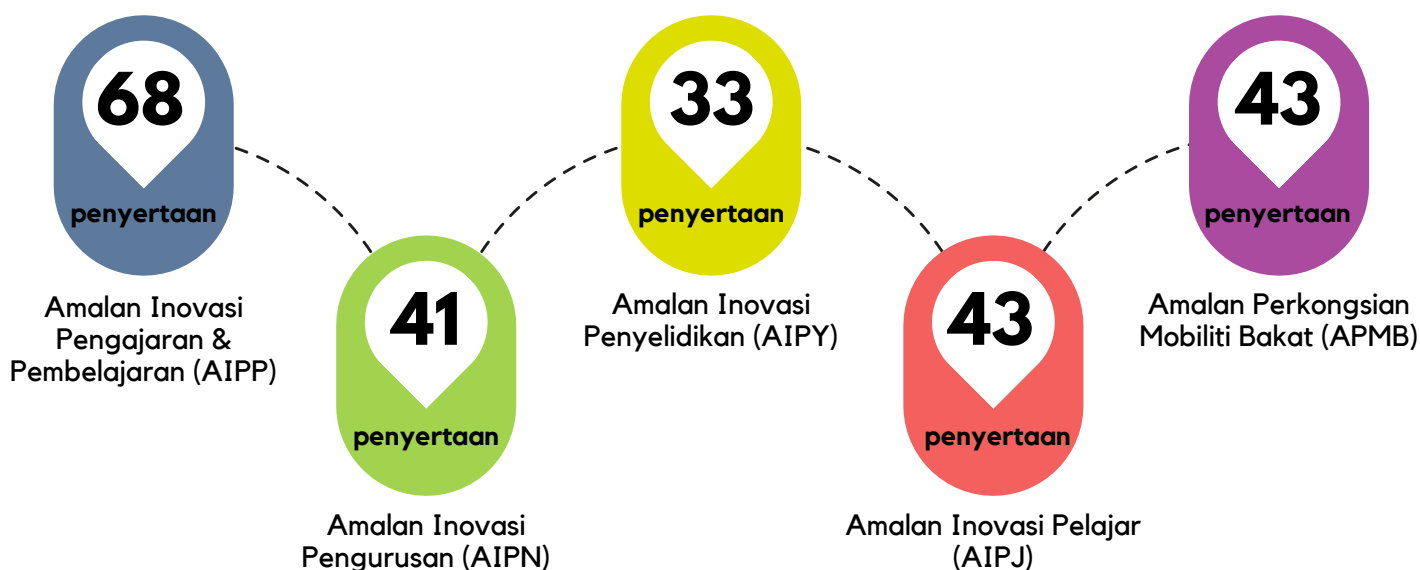
Oleh: Ahmad Nazri bin Abdullah

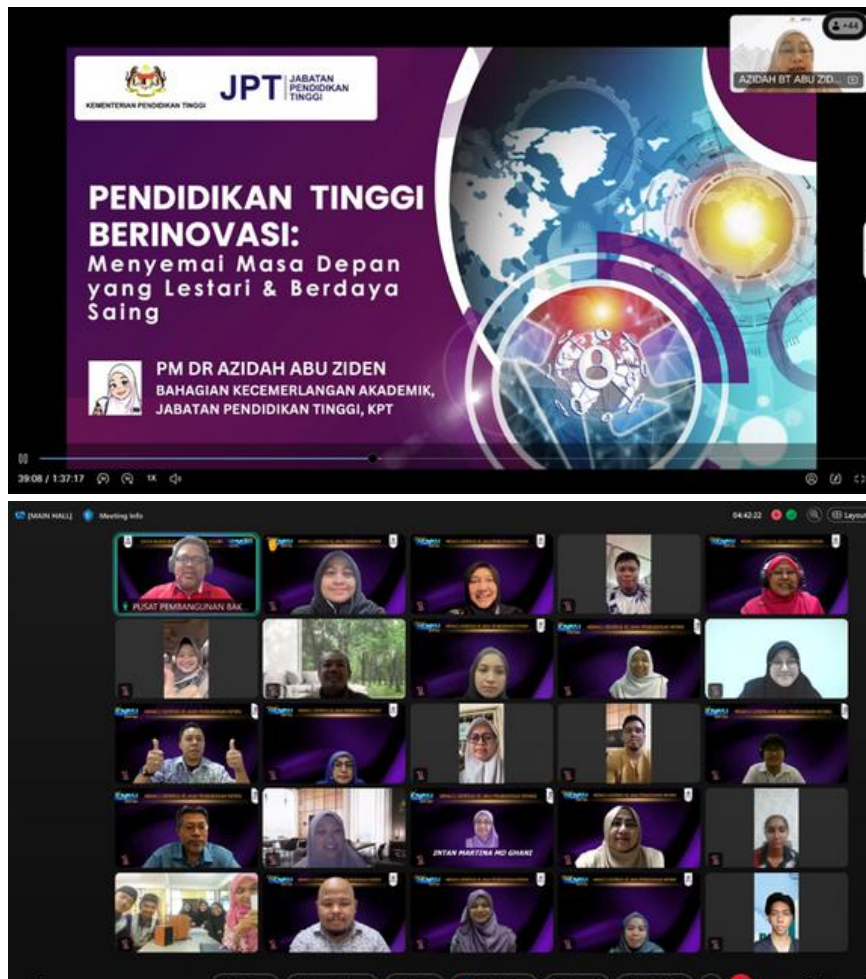
Inovasi dan kreativiti adalah pemangkin kecemerlangan organisasi. Melalui pembudayaan idea-idea baharu yang dilaksanakan secara konsisten, produktiviti dan kualiti perkhidmatan dapat dipertingkatkan secara menyeluruh. Menyedari kepentingan ini, Pusat Pembangunan Bakat dan Inovasi (PPBI) dengan kerjasama Pusat Inovasi dan Pengkomersialan dan Pusat Pembangunan dan Pemerkasaan Mahasiswa sekali lagi menganjurkan Karnival Inovasi@UMT sebagai satu platform dinamik untuk mengetengahkan idea kreatif, inovasi berimpak tinggi dan semangat warga UMT ke arah organisasi berprestasi tinggi dan mampan.

Karnival ini merupakan salah satu platform bagi pensyarah, pendidik, pentadbir dan pelajar meneroka, menyebarkan dan berkongsi idea atau inovasi masing-masing selain dapat meningkatkan dan mengembangkan ilmu pengetahuan sedia ada. Selain itu, karnival ini juga dapat menggalakkan pembudayaan inovasi dalam pengurusan, pengajaran dan pembelajaran, penyelidikan dan aktiviti pelajar bagi memenuhi keperluan serta meningkatkan mutu perkhidmatan yang disediakan.

Karnival inovasi@UMT 2025 ini telah diadakan pada 23 - 27 November 2025 secara dalam talian dengan tema "Cakna Inovasi Pemangkin Generasi Lestari". Aktiviti utama yang dilaksanakan di dalam karnival ini ialah pembentangan amalan perkongsian mobiliti bakat, pertandingan amalan inovasi serta sesi ucap tamsil perkongsian amalan inovasi yang disampaikan oleh *keynote speaker* yang dijemput khas oleh penganjur. Pertandingan amalan inovasi menerima 185 penyertaan daripada kategori dalaman dan luaran, manakala sesi perkongsian amalan mobiliti bakat mencatatkan 43 penyertaan.

PENYERTAAN PROGRAM/AKTIVITI KARNIVAL INOVASI@UMT 2025





Pertandingan Amalan Inovasi menghimpunkan pensyarah, pentadbir dan pelajar daripada universiti awam, politeknik, kolej komuniti serta institut perguruan untuk menampilkan idea dan penyelesaian inovatif mengikut kategori yang ditetapkan. Pertandingan ini menjadi platform penting untuk menetengahkan kreativiti, kebolegunaan dan impak sebenar inovasi yang dihasilkan.

Selain itu, Sesi Perkongsian Mobiliti Bakat memberi ruang kepada pensyarah dan staf sokongan akademik berkongsi pengalaman serta ilmu yang diperoleh hasil sangkutan industri, cuti sabbatical dan sangkutan bukan akademik, sekali gus memperkayakan amalan terbaik dalam ekosistem pendidikan tinggi.

Penilaian dibuat berdasarkan kekuatan inovasi, kebolegunaan, impak dan keberkesanan serta persembahan peserta.

KEPUTUSAN PINGAT YANG DIMENANGI BAGI PERTANDINGAN AMALAN INOVASI

KATEGORI	EMAS	PERAK	GANGSA	SIJIL
Amalan Inovasi Pengajaran & Pembelajaran (AIPP)	9	46	13	0
Amalan Inovasi Penyelidikan (AIPY)	20	17	3	1
Amalan Inovasi Pelajar (AIPJ)	4	7	16	6
Amalan Inovasi Penyelidikan (AIPY)	7	20	11	5
JUMLAH	40	90	43	12

SENARAI PENERIMA ANUGERAH PROJEK INOVASI TERBAIK 2025



Pusat Pendidikan Asas dan Lanjutan (PPAL),
UMT



Sekolah Kebangsaan Rhu Rendang, Marang,
Terengganu



Sekolah Kebangsaan Pendidikan Khas Batu
Pahat, Johor



Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM)



Sekolah Kebangsaan Sultan Ismail, Kemaman,
Terengganu

Sesi ucaptama juga telah dilaksanakan mengikut kategori masing-masing bagi perkongsian pengalaman berkaitan dengan bidang-bidang tertentu. Urus setia telah menjemput beberapa orang penceramah yang terdiri daripada penceramah dalaman UMT dan luar UMT bagi berkongsi pengalaman dan kepakaran dengan peserta dan pengunjung karnival inovasi.

Pada tahun 2025, PPBI juga telah menganjurkan bengkel berkaitan kecerdasan buatan (AI) terbuka kepada semua peserta pertandingan amalan inovasi secara percuma.



BENGGEL KECERDASAN BUATAN

BENGGEL I



DR. NOOR AZLIZA BINTI CHE MAT

Tajuk: Aplikasi Kecerdasan Buatan dalam Pengajaran & Pembelajaran

BENGGEL II



TS. DR. MOHD AZLISHAH BIN OTHMAN

Tajuk: Aplikasi Kecerdasan Buatan dalam Penyelidikan

BENGGEL III



ENCIK MOHD SAFFIRI BIN IBRAHIM

Tajuk: Aplikasi Kecerdasan Buatan dalam Pengurusan Pejabat

Pihak penganjur berharap agar penganjuran Karnival Inovasi ini, yang menjadi pemangkin pembudayaan kreativiti dan inovasi, akan terus mendapat sokongan padu dan dokongan berterusan daripada seluruh warga UMT. Dengan iltizam, komitmen dan kerjasama semua pihak, budaya kreativiti dan inovasi di UMT diyakini akan terus subur, berkembang dan berdaya saing, seterusnya melonjakkan kecemerlangan universiti serta memacu UMT ke arah sebuah organisasi berprestasi tinggi dan berimpak global.

Program Perhimpunan Warga (Gerak Ceria) Sempena Sambutan Bulan Integriti Nasional Peringkat UMT 2025

Oleh: Wan Noor Emilia binti Wan Kamal Saifudin



Program Perhimpunan Warga (Gerak Ceria) Sempena Sambutan Bulan Integriti Nasional Peringkat UMT telah berlangsung pada 16 November 2025 bertempat di Dewan Sultan Mizan, UMT. Program yang menghimpunkan seramai hampir 700 orang staf ini bukan sahaja menjadi medium untuk mengeratkan silaturahim, malah menjadi salah satu wadah penyampaian maklumat yang berkesan.

Program ini turut disemarakkan dengan beberapa acara iaitu penyampaian hadiah Pejabat Ceria Merdeka sempena sambutan Bulan Kebangsaan yang lalu, penyampaian sijil penghargaan kepada para petugas Istiadat Konvokesyen UMT, pelancaran Direktori Kepakaran UMT - "UMT WISE" dan pelancaran Sambutan Bulan Integriti Nasional peringkat UMT.



Naib Canselor UMT dalam ucapannya menyentuh berkenaan nilai integriti yang menjadi cerminan sifat kejujuran dan tanggungjawab serta menjadi tunjang kemakmuran negara. Nilai integriti perlu diangkat dan dipupuk menjadi prinsip dan amalan hidup setiap warga yang bebas rasuah dan sentiasa berdaya saing. Beliau seterusnya mengajak warga UMT memberi sokongan dan mengambil bahagian dalam pelbagai aktiviti yang telah disusun sempena sambutan Bulan Integriti Nasional.

Bersesuaian dengan tahun 2025 yang hampir ke penghujung, Naib Canselor menitipkan pesanan agar warga UMT mengimbas dan menilai kembali pencapaian seterusnya mengatur perancangan bersama untuk kejayaan lebih cemerlang pada masa hadapan.

Sebagai kemuncak acara, warga UMT yang hadir dengan penuh semangat menyertai sesi senamrobik "Gerak Ceria" yang dikendalikan oleh Encik Mazuki bin Ali dari Mahkamah Negeri Terengganu. Aktiviti ini berlangsung dalam suasana penuh ceria dan bertenaga, mencerminkan gaya hidup serta budaya kerja yang sihat sekaligus membantu mengekalkan kecergasan fizikal dan kecerdasan minda dalam kalangan warga UMT.

Kesimpulannya, program perhimpunan pada kali ini sekali lagi menjadi bukti komitmen dan sokongan padu warga UMT dalam merencana dan melaksana segala perancangan secara bersama.



Retreat Lembaga Pengarah dan Pengurusan UMT Kukuhkan Perancangan Strategik 2026

Oleh: Aznurulain binti Mohamad & Zahirah binti A Razak



Program Retreat Lembaga Pengarah Bersama Pengurusan Universiti telah dilaksanakan pada 19 hingga 21 Disember 2025 bertempat di Zenith Hotel Putrajaya. Program ini melibatkan seramai 52 peserta terdiri daripada Ahli Lembaga Pengarah, pengurusan universiti, wakil portfolio serta rapporteur.

Program ini menjadi platform penting untuk memperkukuh kerjasama, membuat refleksi pencapaian universiti serta membincangkan cabaran semasa. Selain itu, sesi perbincangan dan sumbang saran turut memberi tumpuan kepada perangkaan strategi dan pelan tindakan UMT bagi tahun 2026, sejajar dengan aspirasi universiti ke arah kecemerlangan berterusan.

Penganjuran retreat ini mencerminkan komitmen UMT dalam memperkukuh tadbir urus dan memastikan hala tuju strategik universiti dirangka secara inklusif dan berimpak tinggi.

Lawatan Kerja Pusat Polis Bantuan dan Keselamatan Universiti Putra Malaysia (UPM) ke Bahagian Keselamatan Universiti Malaysia Terengganu (UMT)

Oleh: Muhammad Fakhrurazi bin Kamaruddin



Pada 2 Julai 2025, Bahagian Keselamatan UMT telah menerima kunjungan rasmi daripada delegasi Pusat Polis Bantuan dan Keselamatan Universiti (APSeC), Universiti Putra Malaysia (UPM) bagi satu lawatan kerja dan perkongsian amalan terbaik berkaitan pengurusan keselamatan kampus.

Delegasi seramai 39 orang, yang terdiri daripada tiga pegawai dan 36 anggota keselamatan UPM, diketuai oleh INSP/PB Muhammad Najib bin Mohammad Ishak mewakili Pengarah Keselamatan UPM. Tujuan utama lawatan ini adalah untuk mengukuhkan jalinan kerjasama strategik antara kedua-dua universiti di samping memperkukuh kefahaman terhadap pelaksanaan amalan terbaik dalam aspek keselamatan dan penguatkuasaan kampus.



Dalam sesi taklimat yang diadakan di Bahagian Keselamatan UMT, delegasi APSeC UPM telah diberi penerangan mengenai struktur organisasi, fungsi serta strategi pengurusan keselamatan yang dilaksanakan di UMT. Sesi tersebut turut menjadi wadah perkongsian dua hala bagi membincangkan pelbagai isu semasa dan cabaran dalam memastikan keselamatan warga universiti sentiasa berada pada tahap tertinggi.

Selain taklimat keselamatan, delegasi turut dibawa melawat ke beberapa lokasi sekitar kampus termasuk Galeri Institut Oseanografi dan Sekitaran (INOS). Lawatan ke galeri ini memberi peluang kepada peserta untuk mengenali lebih dekat bidang penyelidikan dan kepakaran UMT dalam sains marin serta inisiatif berkaitan pemuliharaan alam sekitar dan keselamatan sumber semula jadi pesisir pantai.

Menurut INSP/PB Muhammad Najib bin Mohammad, lawatan seumpama ini amat penting bagi memperkukuh jaringan profesional dan meningkatkan keupayaan pasukan keselamatan universiti melalui pertukaran pengetahuan serta pengalaman.



Lawatan Penanda Aras Universiti Pertahanan Awam Malaysia (UPNM) ke Universiti Malaysia Terengganu (UMT)

Oleh: Shamine Nur Azreen binti Kamarudin



Pada 13 Ogos 2025, Pejabat Pendaftar telah menerima kunjungan daripada delegasi Pejabat Pendaftar, Universiti Pertahanan Nasional Malaysia (UPNM) yang hadir bagi menjalin kerjasama serta memperkukuh jaringan profesional antara kedua-dua universiti. Delegasi daripada UPNM yang diketuai oleh Pendaftar, Puan Fazelah binti Mohamad bersama pegawai-pegawai jabatan telah disambut mesra oleh Pendaftar UMT, Ts. Wan Abdul Manan bin Wan Abdullah, serta barisan pegawai UMT.

Selain itu, sesi perbincangan dua hala telah berlangsung di Bilik Mesyuarat Kapas, Pejabat Pendaftar dan dimulakan dengan ucapan alu-aluan oleh Ts. Wan Abdul Manan bin Wan Abdullah, diikuti oleh pihak UPNM, Puan Fazelah binti Mohamad. Antara yang dikongsikan dalam perbincangan amalan terbaik dalam pengurusan sumber manusia yang disampaikan oleh Timbalan Pendaftar Kanan Jabatan Sumber Manusia, Cik Norlaile binti Hamid dan mengenai pengurusan bakat dan inovasi telah disampaikan oleh Pengarah Pusat Pembangunan Bakat dan Inovasi (PPBI), Dr. Shahreza bin Md. Sheriff.



Perbincangan ini turut memberi peluang kepada kedua-dua pihak untuk mengenal pasti strategi dan inisiatif baharu yang boleh diaplikasikan dalam pengurusan staf masing-masing. Selain itu, ia membuka ruang untuk pertukaran idea dan pengalaman praktikal dalam meningkatkan keberkesanan sistem pengurusan sumber manusia serta pembangunan bakat di universiti masing-masing.

Secara keseluruhannya, lawatan ini telah berjaya memperkukuh hubungan kerjasama serta membuka ruang untuk perkongsian ilmu dan pengalaman antara UPM dan UMT. Diharapkan jalinan kerjasama ini akan terus diperkembangkan pada masa hadapan, seterusnya meningkatkan keberkesanan pengurusan sumber manusia serta pembangunan bakat di kedua-dua institusi.



Lawatan Kerja Universiti Malaysia Sarawak (UNIMAS) ke Universiti Malaysia Terengganu (UMT) Perkukuh Jaringan Kerjasama

Oleh: Nur Syamimi Adlina binti Mohd Shahmizan K.B;P.A



Pada 9 Oktober 2025, Pejabat Pendaftar UMT telah menerima kunjungan rasmi dari delegasi Universiti Malaysia Sarawak (UNIMAS) dalam satu lawatan kerja yang bertujuan memperkukuh hubungan strategik dan memperluas jaringan kerjasama antara kedua-dua institusi. Seramai 29 orang staf dari UNIMAS telah hadir dengan diketuai oleh Tuan Haji Azlan bin Ramli, Pendaftar UNIMAS.

Ketibaan delegasi disambut oleh Ts. Wan Abdul Manan bin Wan Abdullah, Pendaftar UMT, bersama-sama barisan kepimpinan Jabatan Sumber Manusia, Pejabat Pendaftar UMT. Sesi lawatan dimulakan dengan taklimat ringkas mengenai struktur organisasi dan pengurusan pentadbiran UMT, diikuti dengan sesi perbincangan dua hala yang menyentuh aspek pengurusan sumber manusia serta amalan terbaik dalam tadbir urus universiti.



Perkongsian ini menjadi platform penting untuk kedua-dua pihak bertukar pandangan serta memahami pendekatan masing-masing dalam memperkasa pengurusan dan pembangunan warga kerja universiti. Suasana perbincangan yang santai namun berfokus turut mencerminkan hubungan baik serta semangat kolaborasi antara UMT dan UNIMAS.

Pihak UNIMAS turut menyampaikan penghargaan atas sambutan mesra dan kesediaan UMT berkongsi pengalaman serta amalan terbaik dalam pengurusan sumber manusia. Lawatan ini diharap dapat membuka ruang kerjasama strategik yang lebih meluas pada masa hadapan, khususnya dalam aspek pembangunan profesionalisme dan pengurusan universiti yang mampan.



**Mentari pagi bersinar indah,
Menyambut tamu dari kejauhan,
Gelak tawa tanda mesra bertuah,
Mengikat kenangan penuh
keseronokan.**

**Pucuk pauh delima batu,
Anak sembilang di tapak tangan,
UNIMAS bertamu menambah ilmu,
UMT menyambut mengeratkan
hubungan.**

UMT dan Komuniti Kampung Kubang Badak Jayakan Program Gotong-Royong Mega Gempur Aedes 1.0

Oleh: Nur Azima binti Mat Zin & Tengku Nuriah binti Tengku Abdul Rahman



Pusat Kesihatan Universiti (PKU) UMT dengan kerjasama Pejabat Kesihatan Daerah Kuala Nerus, Terengganu telah menganjurkan Program Gotong-Royong Mega Gempur Aedes 1.0 di Kampung Kubang Badak, sebagai usaha meningkatkan kesedaran dan tindakan proaktif membanteras wabak denggi dalam kalangan warga UMT dan komuniti setempat.

Program ini melibatkan hampir 300 peserta yang terdiri daripada pelajar UMT dan komuniti setempat Kampung Kubang Badak. Perasmian program telah disempurnakan oleh Dr. Arnie binti A. Rahim, Pengarah PKU. Turut hadir, Dr. Ridhwan bin Abd Rani, Pegawai Kesihatan Vektor, Pejabat Kesihatan Daerah Kuala Nerus (PKDKN) bersama Timbalan Pengarah Kolej Kediaman UMT.



Antara barisan pegawai yang turut bersama menjayakan program tersebut adalah Pegawai Pendidikan Kesihatan, PKDKN, Penghulu Mukim Seberang Takir, Majlis Pengurusan Komuniti Kampung (MPKK) Kampung Kubang Badak, Jawatankuasa Pembangunan dan Keselamatan Kampung (JPKK) serta Jawatankuasa Pembangunan dan Keselamatan Kampung Persekutuan (JPKKP), Kawasan Rukun Tetangga (KRT) Kampung Kubang Badak serta wakil Surau At-Taqwa Kampung Kubang Badak.

Hasil kerjasama semua peserta, gotong-royong ini berjaya mengumpul sampah sebanyak 207.7 kilogram dalam masa kurang satu jam, cukup untuk memusnahkan Aedes dari pembiak. Aktiviti gotong-royong, termasuk misi Cari dan Musnah Aedes ini telah dijalankan dalam bentuk Pencarian Interaktif bagi memastikan objektif program dapat dilaksanakan. Aktiviti ini bukan sahaja menceriakan suasana, malah telah berjaya mengenal pasti dan membersihkan lebih 50 lokasi berisiko pembiakan nyamuk Aedes dan semua tempat berisiko pembiakan nyamuk aedes berjaya dihapuskan.

Program turut dimeriahkan dengan acara cabutan bertuah yang menawarkan pelbagai hadiah menarik kepada peserta sebagai galakan penyertaan dan penghargaan atas semangat kesukarelawan mereka.

Program ini membuktikan komitmen UMT dalam memperkukuh hubungan universiti dan masyarakat melalui pendekatan kesedaran kesihatan dan tanggungjawab sosial secara menyeluruh terutama dalam membasmi pembiakan nyamuk aedes serta memastikan persekitaran yang bersih dan selamat.

MEDIX6 Raih Kemenangan Kali Kedua, Dinobatkan Juara Keseluruhan Pertandingan Perekasayaan Semula Prosedur Kerja (REDI2025)

Oleh: Dr. Aina Mardhiah binti Md Khairi



Kumpulan Inovasi MEDIX6 dari Pusat Kesihatan Universiti (PKU), UMT terus mengukuhkan reputasinya dalam penambahbaikan proses perkhidmatan apabila sekali lagi muncul sebagai Juara Keseluruhan dan penerima Penarafan Emas dalam Pertandingan Perekasayaan Semula Prosedur Kerja 2025 (REDI2025) baru-baru ini. Majlis telah berlangsung pada 27 November 2025 bertempat di Auditorium Sulaiman, Perpustakaan Sultanah Nur Zahirah (PSNZ). Kumpulan membawa pulang hadiah tunai bernilai RM300.00 beserta sijil.

Kejayaan ini mencatatkan sejarah penting apabila MEDIX6 berjaya mengekalkan kecemerlangan yang pernah dikecapi pada tahun 2023, di mana kumpulan yang sama turut dinobatkan sebagai Juara untuk pertandingan REDI2023. Pengiktirafan kali kedua ini bukan sahaja menampilkan keupayaan konsisten kumpulan dalam melaksanakan penambahbaikan berimpak tinggi, malah membuktikan komitmen PKU dalam memperkukuh budaya kualiti dan inovasi selari dengan keperluan semasa sektor kesihatan.

Bertemakan "**Pengurusan Pengendalian Sampel dan Ujian Makmal**", projek MEDIX memberi tumpuan kepada pengoptimuman aliran kerja makmal dengan fokus terhadap ketepatan, keberkesanan masa dan keselamatan sampel. Inisiatif ini melibatkan pelaksanaan kaedah standardisasi, pemantapan prosedur kritikal, pengurangan ralat pengendalian sampel serta penggunaan mekanisme pemantauan berstruktur. Hasilnya, Unit Makmal Perubatan melaporkan peningkatan ketepatan keputusan, pengurangan masa menunggu pelanggan serta peningkatan kepuasan pengguna perkhidmatan makmal.



Kumpulan MEDIX diketuai oleh Dr. Aina Mardhiah binti Md Khairi, bersama ahli kumpulan iaitu Dr. Wan Norisah binti Wan Yaakob, Nur Farhana binti Yusoff, Nor Fahira Diana binti Sulaiman, dan Amir Hafzan bin Abdul Wachid. Setiap ahli memainkan peranan strategik dalam merancang dan melaksanakan proses perekayasaan semula sehingga mencapai hasil yang dinilai cemerlang oleh panel profesional.

Kemenangan ini membuktikan bahawa pelaburan terhadap penambahbaikan berterusan bukan sahaja meningkatkan prestasi operasi, tetapi turut memberi nilai tambah kepada kualiti perkhidmatan kesihatan universiti. Kejayaan MEDIX diharap menjadi inspirasi kepada kumpulan lain untuk terus mengangkat budaya inovasi dan kecemerlangan di seluruh organisasi.



Majlis Penyerahan Ambulans Baharu dan Kenderaan Serba Guna Serena kepada PKU UMT

Oleh: Tengku Nuriah binti Tengku Abdul Rahman



Universiti Malaysia Terengganu (UMT) memperkukuh kesiapsiagaan perkhidmatan kesihatannya melalui penyerahan dua unit ambulans dan sebuah Nissan Serena kepada Pusat Kesihatan Universiti (PKU).

Majlis penyerahan tersebut disempurnakan oleh Naib Canselor UMT, Profesor Ir. Ts. Dr. Mohd Zamri bin Ibrahim. Beliau menegaskan bahawa aset baharu yang dilengkapi peralatan perubatan moden ini adalah langkah strategik bagi memastikan setiap kecemasan warga kampus ditangani dengan pantas dan profesional.

Selain ambulans, kenderaan Nissan Serena turut disediakan bagi menyokong aktiviti kesihatan komuniti dan urusan pengangkutan pelajar ke fasiliti kesihatan luar. Inisiatif ini merupakan sebahagian daripada komitmen berterusan UMT dalam meningkatkan infrastruktur dan menjaga kebajikan warganya selaras dengan nilai profesionalisme dan keprihatinan universiti.



Sambutan Hari Menangani Keganasan Terhadap Wanita 2025 Sempena Road to EVAW: Program Santuni Kasih @ KRT

Oleh: Nur Syamimi Adlina binti Mohd Shahrizan K.B;P.A



Tanggal 25 November setiap tahun merupakan hari yang diiktiraf di peringkat antarabangsa bagi memperingati usaha menangani keganasan terhadap wanita. Tarikh ini disambut sebagai satu platform global untuk meningkatkan kesedaran awam serta menggalakkan tindakan bersepadu dalam memerangi segala bentuk keganasan yang berlaku terhadap wanita di seluruh dunia. Keganasan ini bukan sahaja melibatkan penderaan fizikal dan emosi, malah turut merangkumi jenayah seksual dan keganasan rumah tangga yang membawa kesan jangka panjang terhadap kesejahteraan wanita dan masyarakat.



Bagi menyahut usaha tersebut, Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat (KPWKM) melalui Jabatan Pembangunan Wanita (JPW) terus komited melaksanakan inisiatif advokasi melalui penganjuran Road to EVAW dengan kerjasama pihak Universiti Malaysia Terengganu melalui Pejabat Pendaftar, UMT dan Pusat Kaunseling dan Kesejahteraan Mahasiswa, Hal Ehwal Pelajar dan Alumni pada 15 Oktober 2025 yang lalu bertempat di Auditorium Sulaiman, Perpustakaan Sultanah Nur Zahirah, UMT.



Hari Menangani Keganasan Terhadap Wanita (EVAW) menzahirkan komitmen dalam usaha menghentikan sebarang bentuk diskriminasi dan keganasan terhadap wanita merentasi sempadan, budaya, agama dan bangsa. Pelbagai aktiviti telah dianjurkan sebagai advokasi kepada masyarakat, khususnya warga UMT berkenaan mekanisme perlindungan, saluran bantuan serta langkah-langkah pencegahan bagi menangani keganasan terhadap wanita.

Melalui sambutan dan program advokasi yang dilaksanakan ini diharap dapat meningkatkan pemahaman, kepekaan dan keupayaan untuk mengenal pasti risiko serta tidak terperangkap menjadi mangsa. Di samping itu, masyarakat terutamanya warga kampus UMT turut digalakkan memainkan peranan lebih aktif dalam menyokong usaha pencegahan dan melaporkan insiden keganasan bagi memastikan isu ini dapat ditangani secara sistematik dan berkesan.



Senamrobik Fit & Fun Sempena Road to EAW: Program Santuni Kasih @ KRT

Oleh: Nur Syamimi Adlina binti Mohd Shahrizan K.B;P.A



Pada 15 Oktober 2025, Universiti Malaysia Terengganu (UMT) dengan kerjasama Pejabat Pembangunan Wanita (PPW) telah menganjurkan program Senamrobik Fit & Fun sebagai pembuka tirai kepada Road to EAW: Program Santuni Kasih @KRT. Program ini bertujuan menyemai kesedaran mengenai kepentingan gaya hidup sihat di samping memperkukuh semangat komuniti dalam mendukung mesej kempen **End Violence Against Women (EAW)**.

Aktiviti senamrobik yang diadakan di perkarangan dataran canselori UMT ini berlangsung dalam suasana penuh ceria dan semangat. Dihiasi dengan alunan muzik bertenaga dan jurulatih berpengalaman, para peserta terdiri daripada warga UMT, komuniti setempat serta wakil agensi kerajaan dan NGO tampil dengan semangat yang tinggi. Program ini bukan sahaja memberi peluang kepada peserta untuk mengamalkan gaya hidup aktif, tetapi turut menjadi wadah mengeratkan hubungan antara pelbagai lapisan masyarakat.

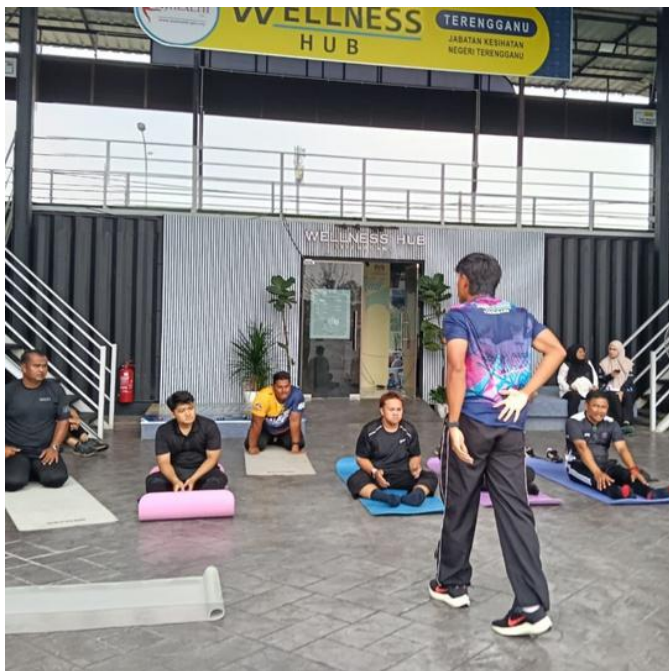
Aktiviti seumpama ini diharap dapat menyemarakkan kesedaran tentang pentingnya kesejahteraan fizikal dan emosi, selaras dengan matlamat kempen EAW yang menekankan aspek keselamatan, hormat dan kasih sayang dalam komuniti.

Penganjuran Senamrobik Fit & Fun ini juga menjadi simbol perpaduan dan komitmen bersama antara institusi pendidikan dan agensi kerajaan dalam memperkukuh jaringan kolaborasi ke arah membina masyarakat yang sihat, harmoni dan bebas daripada sebarang bentuk keganasan.



Program Transformasi Berat Badan UMT Sempena Sambutan Bulan Malaysia Sihat Sejahtera

Oleh: Dr. Mas Aida binti Zaiton & Tengku Nuriah binti Tengku Abdul Rahman



25 Oktober 2025 Kuala Nerus - Seramai 33 peserta Program Transformasi Berat Badan (PTBB) anjuran PKU UMT telah diraikan dalam Sambutan Bulan Malaysia Sihat Sejahtera (BMSS) sempena Hari Terbuka Wellness Hub Terengganu (WHT). Majlis penuh bermakna ini telah dirasmikan oleh Pengarah Jabatan Kesihatan Negeri Terengganu (JKNT), YBhg. Dato' Dr. Kasemani binti Embong.

Program PTBB yang bermula April lalu telah dijalankan seiring dengan program *I Fit and Eat Right* (I FitER) oleh JKNT. Ia menekankan pendekatan menyeluruh terhadap pengurusan berat badan melalui pemakanan seimbang, aktiviti fizikal berkala dan penjagaan kesihatan mental. Objektif utama program ini adalah untuk membentuk gaya hidup sihat dalam kalangan warga universiti, sekali gus mengurangkan risiko penyakit tidak berjangkit.

Hasil intervensi selama enam bulan, tiga peserta terbaik berjaya mencatat penurunan berat badan antara 6.7% hingga 17.5%, bersamaan kira-kira 22kg. Pencapaian luar biasa ini bukan sahaja membuktikan keberkesanan program, malah mengharumkan nama UMT apabila peserta-pesertanya mengatasi wakil Jabatan Bomba dan Penyelamat serta PDRM Negeri Terengganu dalam program I FitER tersebut.

Pengarah PKU, Dr. Arnie binti A Rahim, menyatakan sokongan penuh terhadap program ini dan menyeru agar lebih ramai warga UMT menyertai inisiatif kesihatan yang ditawarkan. "Kejayaan ini membuktikan bahawa dengan komitmen dan sokongan berterusan, kita mampu menjalani kehidupan yang lebih sihat, cergas dan berkualiti," katanya.



Sementara itu, ketika ditemu ramah, pemenang tempat pertama, Mohd Hafiz bin Dolah, Pembantu Keselamatan, Bahagian Keselamatan Pejabat Pendaftar telah berjaya mengurangkan berat badan dari 110.4kg ke 91.1kg dalam tempoh dua bulan dengan melakukan aktiviti beriadah dengan konsisten. Beliau turut mengamalkan pemakanan yang sihat dan berkhasiat di samping memastikan waktu tidur yang mencukupi. Pemenang tempat kedua dan ketiga merupakan siswazah iaitu, Krishnappriya A/P Gopi dari Institut Adaptasi Iklim & Bioteknologi Marin dan Asmidar Mohamad dari Institut Akuakultur Tropika & Perikanan, UMT.

Selaku Pengarah Program PTBB, Dr. Mas Aida binti Zaiton turut menggalakkan seluruh warga kampus UMT untuk terus menyokong dan menyertai program kesihatan serta aktiviti riadah yang dianjurkan pada masa akan datang. Jadikan langkah kecil hari ini sebagai permulaan kepada perubahan besar demi kesejahteraan diri dan komuniti kampus secara menyeluruh.



Pertandingan Boling “Pendaftar Fun Strike”

Oleh: Mohd Zubir bin Wahab

Pada 6 November 2025, suasana penuh ceria dan semangat kekitaan mewarnai Pertandingan Boling “Pendaftar Fun Strike” yang telah diadakan di **Coral Crown Bowl, Kuala Terengganu**. Program ini merupakan anjuran **Kelab PEND-TAS**, iaitu kelab Pejabat Pendaftar UMT, dengan penyertaan seramai 35 orang staf.

Pertandingan ini bertujuan untuk menggalakkan gaya hidup sihat, memupuk semangat berpasukan, dan mengeratkan hubungan silaturahim antara warga pejabat pendaftar. Selain beriadah, aktiviti ini turut menjadi platform untuk memperkukuh jalinan kerjasama dan keharmonian dalam kalangan kakitangan.



Menariknya, semua peserta menerima cabutan bertuah yang disediakan sebagai tanda penghargaan atas penyertaan dan sokongan mereka terhadap aktiviti kelab. Suasana pertandingan berlangsung dalam suasana santai tetapi penuh semangat apabila setiap pasukan berusaha menampilkan balingan terbaik mereka.

Majlis penyampaian hadiah telah disempurnakan oleh Pendaftar Universiti Malaysia Terengganu, Ts. Wan Abdul Manan bin Wan Abdullah, yang turut merakamkan penghargaan kepada semua peserta dan jawatankuasa penganjur atas kejayaan menganjurkan program tersebut.

Program berakhir dengan suasana gembira dan penuh ukhwah, diiringi harapan agar aktiviti seperti ini dapat diteruskan pada masa akan datang bagi memperkukuh semangat kekeluargaan dalam kalangan warga pejabat pendaftar.





Pengalaman Berharga Sertai Sukan Keselamatan Universiti Awam (SUKUA)

Oleh: Mohd Salleh bin Bain



Bahagian Keselamatan UMT telah menyertai Sukan Keselamatan Universiti Awam (SUKUA) yang berlangsung pada 12-14 September 2025 bertempat di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI). SUKUA kali ini adalah penganjuran kali ke-2 di mana Universiti Utara Malaysia telah menjadi tuan rumah bagi SUKUA kali pertama yang dianjurkan pada tahun 2024.

Pada pertandingan SUKUA kali ini, empat acara telah dipertandingkan iaitu Bola Sepak Tujuh Sebelah, Bola Tampar, Tenpin Bowling dan juga Tarik Tali. UMT telah menyertai tiga acara yang dipertandingkan iaitu Bola Sepak Tujuh Sebelah, Bola Tampar dan Tenpin Bowling. Sebanyak 15 buah universiti telah menyertai acara sukan tahunan ini dan pada pertandingan SUKUA kali ke 2 ini, juara keseluruhan telah dirangkul oleh Universiti Teknologi Mara (UiTM).

Pada majlis penutup yang dilaksanakan pada malam terakhir kejohanan, Universiti Putra Malaysia (UPM) telah dipilih sebagai tuan rumah penganjuran Sukan Keselamatan Universiti Awam Keli Ke-3 pada tahun 2026.

Walaupun kontinjen UMT gagal memungut sebarang pingat, namun objektif utama penyertaan kejohanan telah tercapai. Peluang berkumpul di lokasi pertandingan digunakan bukan sahaja digunakan untuk menonjolkan bakat sukan malah ia menjadi platform membina jaringan dengan peserta universiti lain.

PKU Cemerlang di Kejohanan Sukan Staf Antara PTj UMT 2025

Oleh: Dr. Nurul Farhana binti Ismail



Kejohanan Sukan Staf Antara PTj UMT 2025 kembali meriah dengan pelbagai acara sukan yang dipertandingkan bermula dari 23 Julai hingga 10 Ogos 2025 di Kompleks Sukan Tengku Muhammad Ismail, UMT. Antara acara yang dipertandingkan termasuklah boling padang, bola sepak, tenis, bola tampar Piala Pendaftar, badminton, tenpin bowling Piala TNC HEPA dan sukan memanah.

Melalui kejohanan ini, PKU UMT berjaya meraih satu pingat perak dalam sukan memanah bagi kategori Recurve Women Novice serta Johan Kategori Trio Campuran dan membawa pulang yang telah berjaya membawa pulang piala.

Penganjuran ini menjadi medan terbaik untuk mencungkil dan menggilap bakat sukan dalam kalangan staf bagi mewakili universiti ke peringkat lebih tinggi. Di samping itu, aktiviti ini juga secara tidak langsung dapat mempromosikan gaya hidup sihat dan keseimbangan kerjaya-kehidupan (work-life balance) bagi meningkatkan produktiviti serta keceriaan warga universiti.

Trend Dadah Masa Kini: Kesan Kepada Organisasi

Oleh: Wan Nor Ahmad Syaifuddin bin Wan Norazmi K.B;P.A

Sejak tahun 1983, Kerajaan Malaysia telah mengisytiharkan dadah sebagai **musuh nombor satu negara**. Hampir empat dekad kemudian, isu penagihan dadah terus berkembang menjadi masalah kritikal yang memberi kesan besar kepada masyarakat. Ancaman ini bukan sahaja menyebabkan kerugian dari segi kewangan, malah lebih membimbangkan ialah kehilangan modal insan yang menjadi nadi pembangunan negara.

Trend dadah masa kini bukan sahaja melibatkan bahan tradisional seperti heroin dan ganja, tetapi turut berkembang kepada dadah sintetik, ubat terkawal serta campuran kimia baharu yang lebih mudah didapati dan mempunyai kesan lebih cepat. Fenomena ini bukan sahaja memberi impak kepada individu dan keluarga, malah turut mengganggu prestasi serta keselamatan organisasi.

Sehubungan itu, pada tanggal 16 Jun 2025, sebagai langkah pendidikan serta pencegahan berterusan, Pejabat Pendaftar UMT bekerjasama bersama Agensi Antidadah Kebangsaan Negeri Terengganu untuk memberikan pendedahan dan latihan kemahiran pencegahan penyalahgunaan dadah dalam kalangan warga kampus.



APA ITU PENYALAHGUNAAN BAHAN/ DADAH?

"Dadah" atau "Drug"

- Bahan psikoaktif atau kimia berbahaya yang boleh mengubah cara minda dan tubuh manusia berfungsi.
- Sejenis bahan yang mendatangkan kemudaratan kepada kesihatan fizikal, mental, emosi dan tingkahlaku pengguna.
- Penyalahgunaan dadah menyebabkan individu menjadi ketagih dan bergantung sepenuhnya kepada bahan tersebut (**Agensi Antidadah Kebangsaan**).



Penyalahgunaan Dadah

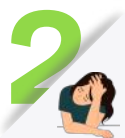
- Penggunaan bahan terlarang atau bahan yang disalahgunakan seperti dadah, narkotik, alkohol dan bahan psikoaktif lain.
- Dilakukan secara tidak terkawal, dalam kuantiti berlebihan atau dengan cara yang membahayakan diri sendiri dan orang sekeliling.
- Penggunaan satu atau lebih bahan psikoaktif secara berterusan sehingga menjejaskan kehidupan, termasuk masalah kesihatan fizikal dan mental, ketagihan, gangguan sosial serta keretakan hubungan interpersonal (**Hollen, 2009; World Health Organization**).



PUNCA TINGKAH LAKU PENGAMBILAN DADAH



Tekanan Kerja



Masalah Peribadi



Pengaruh Rakan Sebaya dan Persekitaran

4

Kemurungan

5

Keinginan Meningkatkan Prestasi Secara Tidak Sehat

Jika tidak ditangani, penyalahgunaan dadah boleh berkembang kepada ketagihan yang serius dan akhirnya mengganggu kesejahteraan individu serta keseluruhan ekosistem organisasi.

JENIS-JENIS DADAH DAN BAHAN TERLARANG

JENIS DADAH DAN BAHAN-BAHAN TERLARANG DEPRESEN

MAKLUMAT ASAS

- Depresen adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Depresen adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Depresen adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS-JENIS

- Depresen
- Depresen
- Depresen

KESAN PENGAMBILAN

Depresen adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

MENGAPA IA BERBAHAYA?

Depresen adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS DADAH DAN BAHAN-BAHAN TERLARANG GANJA

MAKLUMAT ASAS

- Ganja adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Ganja adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Ganja adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS-JENIS

- Ganja
- Ganja
- Ganja

KESAN PENGAMBILAN

Ganja adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

MENGAPA IA BERBAHAYA?

Ganja adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS DADAH DAN BAHAN-BAHAN TERLARANG HALUSINOGEN

MAKLUMAT ASAS

- Halusinogen adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Halusinogen adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Halusinogen adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS-JENIS

- Halusinogen
- Halusinogen
- Halusinogen

KESAN PENGAMBILAN

Halusinogen adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

MENGAPA IA BERBAHAYA?

Halusinogen adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS DADAH DAN BAHAN-BAHAN TERLARANG INHALAN

MAKLUMAT ASAS

- Inhalan adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Inhalan adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Inhalan adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS-JENIS

- Inhalan
- Inhalan
- Inhalan

KESAN PENGAMBILAN

Inhalan adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

MENGAPA IA BERBAHAYA?

Inhalan adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS DADAH DAN BAHAN-BAHAN TERLARANG KETUM

MAKLUMAT ASAS

- Ketum adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Ketum adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Ketum adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS-JENIS

- Ketum
- Ketum
- Ketum

KESAN PENGAMBILAN

Ketum adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

MENGAPA IA BERBAHAYA?

Ketum adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS DADAH DAN BAHAN-BAHAN TERLARANG OPIAT

MAKLUMAT ASAS

- Opiat adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Opiat adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Opiat adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS-JENIS

- Opiat
- Opiat
- Opiat

KESAN PENGAMBILAN

Opiat adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

MENGAPA IA BERBAHAYA?

Opiat adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS DADAH DAN BAHAN-BAHAN TERLARANG STIMULAN

MAKLUMAT ASAS

- Stimulan adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Stimulan adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- Stimulan adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS-JENIS

- Stimulan
- Stimulan
- Stimulan

KESAN PENGAMBILAN

Stimulan adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

MENGAPA IA BERBAHAYA?

Stimulan adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

NPS NEW PSYCHOACTIVE SUBSTANCES

MAKLUMAT ASAS

- NPS adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- NPS adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.
- NPS adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

JENIS-JENIS

- NPS
- NPS
- NPS

KESAN PENGAMBILAN

NPS adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

MENGAPA IA BERBAHAYA?

NPS adalah sejenis dadah yang digunakan untuk merawat penyakit mental.

Keluarga Bebas Dadah - Keluarga Lestari Aspirasi Sihat (KILAT)

Oleh: Nur Syamimi Adlina binti Mohd Shahrizan K.B;P.A

Penyalahgunaan Dadah terus menjadi ancaman utama kepada pembangunan sosial negara, khususnya melibatkan golongan belia dan remaja. Hasil dari isu ini, kerajaan Malaysia memperkenalkan Dasar Dadah Negara (DDN) bagi menangani isu penyalahgunaan dadah secara menyeluruh dan bersepadu (AADK, 2019). Dasar ini juga turut menggariskan lima teras utama dalam menangani isu penagihan dadah melibatkan aspek pendidikan pencegahan, rawatan dan pemulihan, penguatkuasaan, pengurangan kemudaratan dan kerjasama antarabangsa (DDN, 2017). Dasar ini juga menekankan pendekatan bersepadu, holistik dan seimbang antara penguatkuasaan, rawatan dan pemulihan, serta pendidikan pencegahan.



Oleh itu, pada 21 Oktober 2025 pihak Fakulti Perniagaan Ekonomi dan Pembangunan Sosial (FPEPS) yang diketuai oleh Profesor Madya Dr. Siti Salina Abdullah memperkenalkan modul KILAT kepada warga UMT yang terdiri daripada Pegawai Psikologi, Rakan Pembimbing Perkhidmatan Awam (AKRAB) dan pelajar pasca siswazah dan turut juga hadir bersama agensi kerajaan luar seperti Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) dan Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN). Modul KILAT ini bertujuan memperkasakan ibu bapa atau penjaga dalam usaha mencegah penyalahgunaan dadah dalam keluarga dan digubal khusus kepada mereka yang mempunyai anak remaja. Falsafah kepada modul KILAT ini adalah 'mencegah lebih baik daripada merawat'. Penekanan kepada konsep pencegahan awal dapat menyelamatkan ahli keluarga daripada terlibat dengan penyalahgunaan dadah sekali gus memupuk keharmonian dan kesejahteraan dalam keluarga.



Kandungan modul ini melibatkan aspek Pengetahuan (Dadah), Pengetahuan (Pencegahan Dadah), Keibubapaan, Keterikatan, Komunikasi, Keterlibatan, Duit dan Dadah serta Agama dan Dadah. Ianya melibatkan elemen penting dalam sesebuah keluarga bagi membolehkan kefungsi sebuah keluarga itu dalam keadaan yang baik.



Oleh itu, diharapkan hasil diperkenalkan modul ini, setiap pihak memahami peranan mereka dalam usaha pencegahan dadah secara lebih menyeluruh. Diharapkan penglibatan aktif ini bukan sahaja meningkatkan kesedaran, tetapi turut membina komuniti yang lebih prihatin, bertanggungjawab dan peka terhadap isu kesejahteraan sosial. Melalui perkongsian ilmu dan pengukuhan nilai kekeluargaan ini, diharapkan juga wujud budaya saling menyokong serta kemampuan untuk mengenal pasti, mencegah dan menangani risiko yang berkaitan dengan penyalahgunaan dadah.

Burnout! Out of Control!

Oleh: Wan Nor Ahmad Syaifuddin bin Wan Norazmi K.B;P.A

SIRI MINDA SIHAT 6/2025
KESIHATAN MENTAL UNTUK SEMUA

BURN OUT
OUT OF CONTROL

13 Mei 2025 | Selasa | 9.30 pagi - 11.30 pagi

Pautan Cisco Webex: <https://tinyurl.com/39mcyc7v>

No Mesyuarat: 2516 613 3390

Kata Laluan: SMS6_2025

Ditampikan oleh:
DR. HAZAILA BINTI HASSAN K.B;P.A
Pensyarah
Fakulti Perniagaan, Ekonomi dan Pembangunan Sosial, UMT

Moderator:
CIK NUR SYAMIMI ADLINA K.B;P.A
Pegawai Psikologi
Pejabat Pendaftar UMT

UMT
Together

"We Listen, Just Ask, Be Heard"

3 JAM
LATIHAN
STAF UMT

Isu lesu upaya semakin serius dalam organisasi moden, khususnya apabila staf terdedah kepada tekanan kerja berpanjangan, beban tugas yang tinggi serta ketidakseimbangan antara kerja dan kehidupan. Program ini memberi pendedahan tentang kepentingan penjagaan diri (*self-care*) dan intervensi awal sebelum *burnout* menjadi lebih parah.

Oleh itu, Seksyen Perhubungan Staf, Jabatan Sumber Manusia, Pejabat Pendaftar menganjurkan Siri Minda Sihat 6/2025 – *Burnout! Out of Control!* pada 13 Mei 2025 secara dalam talian. Siri kali ini memberi tumpuan kepada pemahaman mendalam mengenai lesu upaya di organisasi. Dr. Hazaila binti Hassan, Pensyarah dari Fakulti Perniagaan, Ekonomi dan Pembangunan Sosial UMT.

Sesi ini juga bertujuan meningkatkan kesedaran warga universiti mengenai fenomena *burnout*, punca-puncanya, kesannya kepada kehidupan seharian serta strategi berkesan untuk memelihara kesejahteraan mental dan emosi di tempat kerja.

🔥 **Burnout ialah sindrom yang berpunca daripada tekanan kronik di tempat kerja yang tidak berjaya dikendalikan.** 🧡
-World Health Organization (2019)-

PUNCA BURNOUT



KESAN BURNOUT

Kesan Terhadap Organisasi

Penurunan produktiviti, kesilapan, ketidakhadiran, dan moral kerja rendah

Kesan Terhadap Diri

Keletihan fizikal dan mental, insomnia, kemurungan, dan masalah kesihatan

Kesan Terhadap Keluarga

Interaksi keluarga berkurang, mudah marah, konflik, dan kurang perhatian

MENGATASI BURNOUT DENGAN STRATEGI BERKESAN



Jauh Di Mata, Dekat Di Hati

Oleh: Wan Nor Ahmad Syaifuddin bin Wan Norazmi K.B;P.A

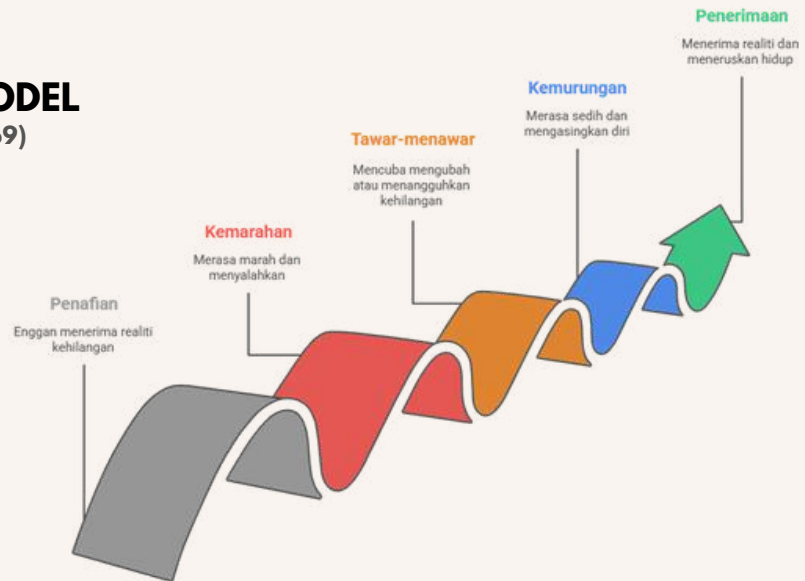


Siri Minda Sihat 7/2025 – Grief & Bereavement "Jauh di Mata, Dekat di Hati" telah berlangsung pada 11 Jun 2025 secara dalam talian. Siri kali ini memberi tumpuan kepada pemahaman mendalam mengenai konsep *grief* dan *bereavement*, dua istilah penting dalam psikologi kehilangan manusia. Sesi ini telah disampaikan oleh Puan Rafidah Sadarudin, Pegawai Psikologi dari Hospital Sultan Abdul Aziz Shah, UPM yang berpengalaman luas dalam intervensi kesihatan mental, kaunseling trauma, serta sokongan psikologi pasca kehilangan.

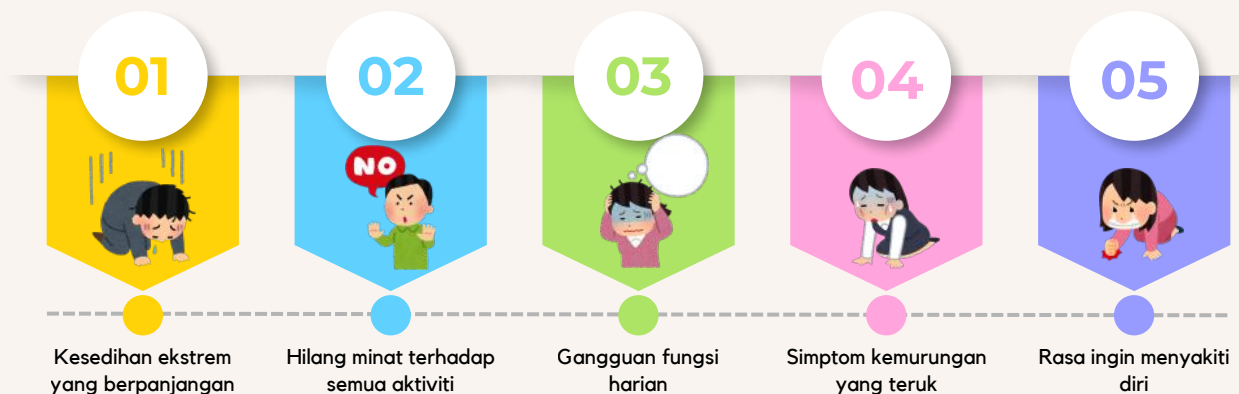
MEMAHAMI GRIEF & BEREAVEMENT

ASPEK	GRIEF	BEREAVEMENT
DEFINISI	Reaksi emosi, mental, fizikal dan spiritual akibat kehilangan.	Keadaan atau tempoh seseorang sedang mengalami kehilangan (terutamanya kematian).
FOKUS	Pengalaman dalaman individu.	Status atau situasi sosial selepas kehilangan.
BENTUK	Boleh melibatkan kesedihan, marah, rindu, kekeliruan, keletihan dan perubahan tingkah laku.	Merujuk kepada tempoh berkabung atau keadaan seseorang yang kehilangan orang tersayang.
TEMPOH	Tidak tetap; berbeza mengikut individu dan boleh berlarutan.	Biasanya merujuk kepada tempoh tertentu selepas kematian.
PENGARUH	Dipengaruhi oleh hubungan, personaliti, sokongan sosial dan pengalaman hidup.	Dipengaruhi oleh norma budaya, agama, adat, serta sistem sokongan masyarakat.
CONTOH	"Saya masih rasa sedih dan kosong selepas kehilangan itu."	"Beliau sedang berada dalam tempoh bereavement setelah kehilangan pasangan."

GRIEF CYCLE MODEL oleh Kubler-Ross (1969)



TANDA GRIEF & BREAVEMENT YANG PERLUKAN BANTUAN PROFESIONAL



STRATEGI SOKONGAN PSIKOLOGI



Siri Minda Sihat 10/2025 – Sihat Emosi, Harmoni Keluarga @ Kasih Keluarga Bahagia Bersama

Oleh: Nur Syamimi Adlina binti Mohd Shahrizan K.B;P.A



Keluarga ialah **unit sosial pertama** yang membentuk keperibadian dan kestabilan emosi seseorang. Kesejahteraan keluarga bukan hanya tentang kewangan atau kejayaan akademik, tetapi juga **kesihatan emosi dan hubungan kasih sayang**. Apabila emosi setiap ahli keluarga terjaga, suasana rumah menjadi tempat yang menenangkan dan bukanlah medan tekanan.

Bagi menyokong dan mengiktiraf sistem sokongan keluarga yang membantu ke arah pembangunan negara sejahtera dan pembinaan daya tahan negara, November setiap tahun diisytiharkan sebagai Bulan Keluarga Kebangsaan (BKK). Oleh itu, pada tahun ini tema bagi BKK adalah "Kasih Keluarga, Bahagia Bersama" dengan mengajak masyarakat menghayati nilai K.A.S.I.H yang terdiri daripada kasih sayang, akhlak, sihat dan selamat, ilmu dan harmoni.

CARA MENGURUS DAN MENJAGA KESIHATAN EMOSI KELUARGA

01

Mengaplikasikan komunikasi terbuka dan empati

02

Bijak kawal emosi dan stres

03

Amalkan penghargaan dan kasih sayang

01

Luangkan masa berkualiti bersama keluarga

02

Luahkan perasaan dengan cara sihat

Dalam usaha membina keluarga yang sejahtera, setiap sentuhan kasih sayang memainkan peranan penting dalam membentuk kesejahteraan emosi dan perkembangan psikologi ahli keluarga. Kajian menunjukkan bahawa sentuhan fizikal yang positif seperti pelukan mampu merangsang rasa selamat, meningkatkan kestabilan emosi serta mengukuhkan ikatan kekeluargaan. Oleh itu, meluangkan sedikit masa setiap hari untuk berhubung secara emosi dengan pasangan dan anak-anak adalah langkah mudah namun signifikan dalam mewujudkan suasana keluarga yang lebih harmoni dan penuh kasih sayang.

JOM LUANGKAN MASA 10 SAAT PERLUKAN KELUARGA

10 saat Pelukan Keluarga

Bagaimana Anda Lakukan?

- 1 Luangkan masa yang sesuai untuk bersama-sama semua ahli keluarga (sebelum ke tempat kerja, semasa tiba di rumah dan sebelum tidur).
- 2 Peluk pasangan/anak sambil bisikkan ungkapan kasih sayang.
- 3 Di telinga sebelah kanan bagi salam dan doa kepada pasangan/anak.
- 4 Di telinga sebelah kiri ucapkan kata-kata menggambarkan anda sayang kepada mereka, kata-kata yang memberi semangat dan kata-kata yang menjamin keselamatan pasangan/anak.
- 5 Sebaiknya setiap ucapan kepada pasangan/anak dibalas oleh mereka dengan pengucapan faham dan menerima dengan ketaatan.

Sumber: LPPKN

<http://www.lppkn.gov.my> | [lppkn](#) | [@lppkn](#) | [@lppkn](#)

Peruntukkan sekurang-kurangnya 10 SAAT sehari secara konsisten untuk anda berikan pelukan mesra dan luangkan masa dengan anak-anak yang perlukan perhatian dan kasih sayang anda.

Sumber: Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN)

Sebagai kesimpulan, keluarga yang harmoni bukan bebas masalah, tetapi tahu mengurus emosi dengan kasih dan hikmah. Bila setiap ahli keluarga berasa didengari dan disayangi, rumah akan menjadi syurga kecil yang menenangkan jiwa.

Jom Sihat UMT: Jom Bangkit Menjadi Lebih Baik

Oleh: Dr. Nurul Farhana binti Ismail

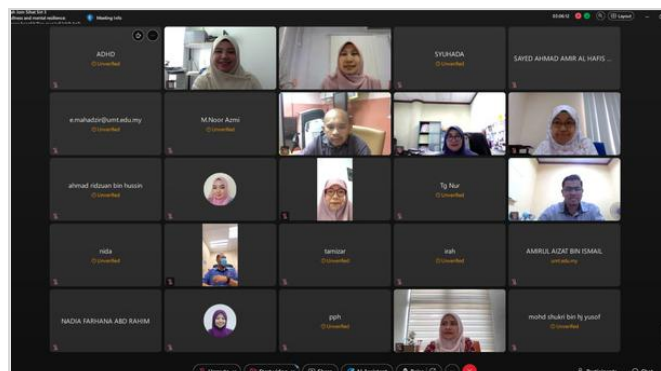
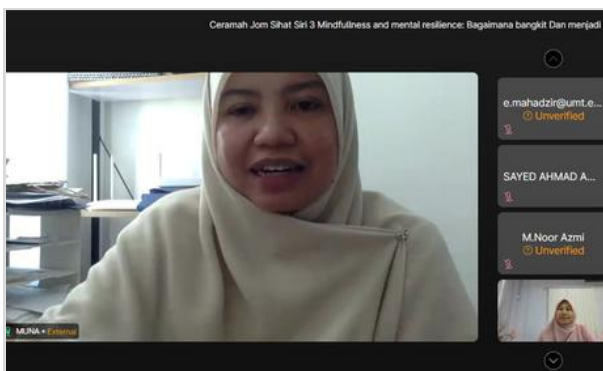


Pusat Kesihatan Universiti (PKU) UMT menganjurkan program Jom Sihat UMT Siri 3.0, satu inisiatif penting yang memberi tumpuan kepada kesejahteraan mental. Dengan topik "**Mindfulness and Mental Resilience: Bagaimana Bangkit Menjadi Lebih Baik**", program adalah bermatlamat untuk meningkatkan kesedaran kesihatan mental di kalangan staf dan warga UMT.

Program dalam talian menampilkan **Dr. Muna Hamiza binti Asiff**, Pakar Psikiatri dan Pensyarah Perubatan dari Universiti Sultan Zainal Abidin (UniSZA), yang berkongsi pandangan tentang bagaimana mindfulness dan ketahanan mental boleh membantu mengatasi tekanan. Menurut Dr. Nurul Farhana binti Ismail, Pegawai Perubatan UMT dan merupakan moderator program, kekuatan mental adalah kunci untuk beradaptasi dan berkembang dari setiap cabaran.

Dr. Muna Hamiza turut menghuraikan konsep mindfulness sebagai latihan untuk mengawal emosi, di samping menekankan bahawa ketahanan mental bukan tentang tidak jatuh, tetapi bangkit semula dengan lebih kuat. Beliau turut berkongsi tips praktikal seperti membina rangkaian sokongan sosial yang kukuh, menetapkan matlamat yang realistik, dan mengamalkan gaya hidup sihat serta tanggungjawab bersama dalam membina ruang kerja yang selamat dan sihat di tempat kerja.

Program yang mendapat sambutan yang luar biasa, menunjukkan peningkatan kesedaran tentang kepentingan kesihatan mental. Maklum balas positif daripada peserta menunjukkan harapan agar topik ini terus diperbincangkan secara mendalam. Rakaman penuh program ini boleh diakses di laman web dan Facebook Pusat Kesihatan UMT, mencerminkan komitmen UMT untuk membentuk komuniti yang sihat dan berdaya saing.



Anugerah Staf Terbaik Bulanan Pejabat Pejabat Tahun 2025

Oleh : Wan Noor Emilia binti Wan Kamal Saifudin

SEMOGA TERUS CEMERLANG DALAM MEMBERIKAN PERKHIDMATAN
BAGI MENGHARUMKAN NAMA UMT



Norlaile binti Hamid
Timbalan Pendaftar Kanan (N13)
Pejabat Pendaftar



Hasnani binti Ibrahim
Setiausaha Pejabat Gred N6
Pejabat Pendaftar



Normanida binti Othman
Pembantu Tadbir (P/O) Gred N2
Pejabat Pendaftar



Raja Arisham bin Raja Arif
Pembantu Keselamatan Gred KP1
Pejabat Pendaftar



Haffez Fazdlie bin Razmi
Pembantu Keselamatan Gred KP1
Pejabat Pendaftar



Pesara (Ogos hingga November 2025)

Oleh : Shamine Nur Azreen binti Kamarudin

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



Encik Ubaidillah bin Harun
Penolong Pegawai Teknologi
Maklumat Gred FA7
Pusat Ekosistem Digital (PED)
Bersara pada 1 Ogos 2025



**Profesor Madya Dr. Wan
Norhayati binti Mohamed**
Pensyarah Universiti (DS14)
Fakulti Perniagaan, Ekonomi dan
Pembangunan Sosial (FPEPS)
Bersara pada 18 September 2025



**Profesor Madya Dr. Jarina binti
Mohd Jani**
Pensyarah Universiti (DS14)
Fakulti Sains dan Sekitaran Marin
(FSSM)
Bersara pada 2 Oktober 2025



Ts. Dr. Noor Zaitun binti Yahya
Pensyarah Universiti (DS13)
Fakulti Teknologi Kejuruteraan
Kelautan (FTKK)
Bersara pada 26 Oktober 2025



**Kapten Dr. Noor Apandi bin
Osnin**
Pensyarah Universiti (DS13)
Fakulti Pengajian Maritim (FPM)
Bersara pada 28 Oktober 2025



Puan Norlidawahi binti Wahab
Pensyarah Universiti (DS13)
Pusat Pendidikan Asas dan
Lanjutan (PPAL)
Bersara pada 1 November 2025



**Profesor Madya Dr. Tuan
Zainazor bin Tuan Chilek**
Pensyarah Universiti (DS14)
Fakulti Sains Makanan dan
Agroteknologi (FSMA)
Bersara pada 23 November 2025



Dr. Juhaizi bin Mohd Yusof
Pensyarah Universiti (DS13)
Fakulti Perniagaan, Ekonomi dan
Pembangunan Sosial (FPEPS)
Bersara pada 28 November 2025

Belasungkawa Tahun 2025

oleh: Shamine Nur Azreen binti Kamarudin

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

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ إِنَّكَ نَعْبُدُكَ وَإِنَّا لَنَسْتَعِينُ
اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ
عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ



Gemulah Fatin Athirah binti Azmi
Penolong Pendaftar
Pusat Pengurusan Siswazah
13 September 2025

إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

Perspektif 
Pejabat Pendaftaran UMT

**PEJABAT PENDAFTAR
UNIVERSITI MALAYSIA TERENGGANU**