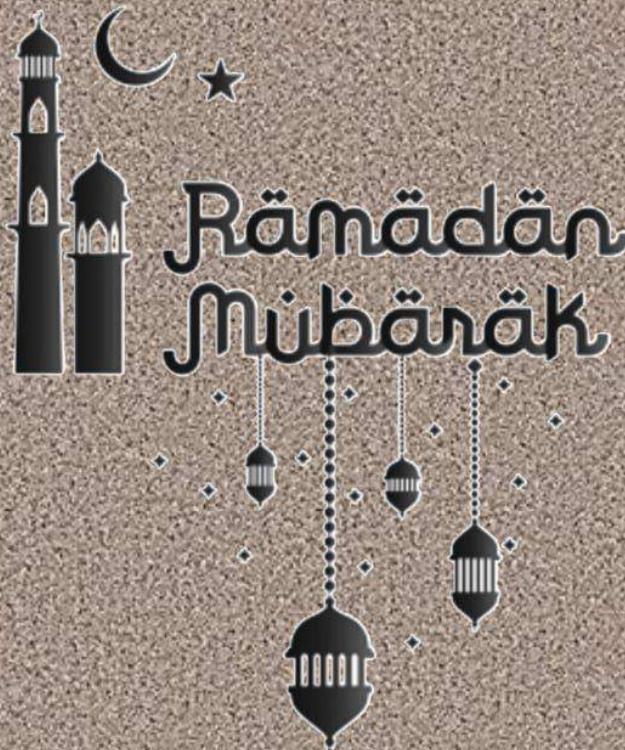


# Buletin ACIS

eISSN: 2600-8289

Syaaban / Ramadan 1440 — April / Mei 2019

BIL: 12 / 2019



## Persiapan Ambang Ramadan

Puisi  
Kepimpinan  
Siswa

Ceramah Sampai Ingat  
Siri 1 dan 2

Why Whole  
Grain Foods

**Persatuan/Kelab: Ke Arah Melahirkan**

**Bakal Pemimpin Negara**

# Buletin ACIS

## SIDANG REDAKSI

### Penaung:

Prof. Dr. Nasrudin Mohammed  
(Rektor)

### Penasihat:

Hisam Satari  
(Ketua Pusat Pengajian Acis.)

### Editor:

Mu'allim Bin Mohd Bakri

### Sidang Pengarang:

Nuruul Hidayah Mansur  
Mu'allim Bin Mohd Bakri  
Shahril Anuar Abdul Ghafim  
Nurul Nisha Mohd Shah  
Nur Nabilah Binti Azimohaa  
Nurul Azlin Binti Tokiman

### PENERBIT

UITM Cawangan Negeri Sembilan  
Kampus Seremban  
Persiaran Seremban Tiga/1,  
70300 Seremban 3,  
Negeri Sembilan, Malaysia

Jika berminat untuk  
menghantar sebarang artikel  
atau komen, boleh email ke  
[bulletin.acis.n9@gmail.com](mailto:bulletin.acis.n9@gmail.com)  
[muallim@ns.uitm.edu.my](mailto:muallim@ns.uitm.edu.my)

## Pengantar Redaksi

Assalamualaikum dan Salam Sejahtera kepada pembaca budiman sekalian. Alhamdulillah, Buletin ACIS siri ketujuhbelas atau siri kedua belas yang mempunyai e-ISSN ini berjaya diterbitkan. Tajuk Fokus bulan ini adalah “*Persiapan Ambang Ramadan*”. Selain itu, terdapat banyak lagi hasil penulisan yang menarik di dalam keluaran kali ini. Semoga, buletin ACIS ini dapat memberi manfaat kepada para pembaca danwarga UiTM semua. Selamat membaca.

## Isi Kandungan

- = Persiapan Ambang Ramadan ( 3 )
- = Persatuan/Kelab: Ke Arah Melahirkan Bakal Pemimpin Negara ( 6 )
- = CSI: Ceramah Sampai Ingat Siri 1 dan 2 ( 8 )
- = Puisi Kepimpinan Siswa ( 10 )
- = Why Whole Grain Foods ( 13 )

## HAKCIPTA TERPELIHARA

Terbitan Buletin ACIS ini diterbitkan  
sebulan sekali



# Persiapan Ambang Ramadan

Oleh : Mu'allim Bin Mohd Bakri  
(Pensyarah Kanan ACIS UiTM Kampus Seremban)

Tahukah anda sesungguhnya di dalam al-Quran tidak ada ayat yang menyebut secara khusus berkaitan bulan Muharram. namun begitu, umat Islam sedunia sering membuat sambutan meriah seperti sambutan Maal Hijrah. Begitu juga, al-Quran tidak menyebut mengenai bulan Rabiul Awal tetapi umat Islam tidak pernah tinggal untuk menyambut Maulidur Rasul dengan penuh kehebatan. Walaubagaimanapun, sesungguhnya Allah Taala menyatakan secara khusus dalam al-Quran berkaitan kelebihan dan keberkatan bulan Ramadan. Ini membuktikan bahawa bulan Ramadhan adalah bulan yang sangat istimewa kepada umat Islam kerana pada waktu malam dan siang dalam bulan ini memberikan pelbagai keberkatan.

Oleh itu, Ramadhan merupakan satu bulan mulia yang sentiasa ditunggu dengan penuh kegembiraan. Ini bertepatan dengan firman Allah Taala dalam al-Quran Surah al-Baqarah ayat 185 yang bermaksud: "**Bulan Ramadhan yang padanya diturunkan Al-Qur'an, menjadi petunjuk bagi sekalian manusia, dan menjadi keterangan-keterangan yang menjelaskan petunjuk, dan perbezaan (antara yang benar dan yang salah)**". Berdasarkan ayat ini maka jelas bulan Ramadhan adalah bulan yang penuh keberkatan yang perlu umat Islam mengejar mengambil kesempatan. Rasulullah SAW juga ada bersabda:

قَدْ جَاءَكُمْ شَهْرُ رَمَضَانَ شَهْرٌ مُبَارَكٌ افْتَرَضَ اللَّهُ عَلَيْكُمْ صِيَامَهُ فِيهِ يُفْتَحُ فِيهِ أَبْوَابُ الْجَنَّةِ وَيُغْلَقُ فِيهِ أَبْوَابُ الْجَهَنَّمِ وَتَعْلُمُ فِيهِ الشَّيَاطِينُ فِيهِ لِيَلَّةٌ خَيْرٌ مِنْ أَلْفِ شَهْرٍ مَنْ حَرَمَهَا فَقَدْ حُرِمَ

Maksudnya: "Sesungguhnya telah datang kepadamu bulan Ramadhan, bulan yang diberkati. Allah memerintahkan berpuasa di dalamnya. Dalam



*bulan Ramadhan dibuka segala pintu syurga dan ditutup segala pintu neraka dan dibelenggu segala syaitan. Dalamnya ada satu malam yang lebih baik dari 1000 bulan. barangsiapa tidak diberikan kepadanya kebajikan malam itu, bererti telah diharamkan baginya segala rupa kebajikan".(Hadis Riwayat Ahmad).*

Walaubagaimanapun, setelah diberitakan berkaitan dengan kelebihan dan kemuliaan bulan Ramadan, namun masih terdapat dikalangan umat Islam yang alpa dan lalai untuk mengambil segala manfaat yang diberikan ketika tibanya bulan Ramadan. Mengenai perkara ini, Rasulullah SAW melalui sabdanya mengingatkan umat Islam dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Ahmad yang bermaksud: "**Terdapat umat Islam berpuasa tetapi tidak memperolehi apa-apa kecuali sekadar lapar semata-mata. Betapa ramai**

*orang bersolat malam tetapi tidak memperolehi apa-apa melainkan sekadar berjaga malam semata-mata."*

Persoalannya, mengapa perlu berpuasa, bersolat dan mengamalkan ibadat yang lain tetapi tidak dapat menuhi standard piawaian yang ditetapkan Allah Taala dan hukum syarak. Keadaan ini berlaku kerana ibadah itu dibuat tanpa ilmu, tidak membuat persiapan teliti dan dibuat sekadar ikut-ikutan. Lantaran itu, sempena di ambang Ramadan ini sebagai umat Islam yang ingin keberkatan berpuasa perlulah melakukan persediaan. Bila persediaan berjaya dilaksanakan sudah tentu ibadah puasa yang dijalankan akan lebih mendapat keberkatan. Antara persediaan yang perlu dilakukan adalah:

**Pertama:** Membuat persediaan dari sudut ilmu. perlu memahami berkaitan selok belok hukum puasa, syarat-syarat sah dan batal puasa dan amalan-amalan yang dituntut dalam bulan Ramadhan seperti membaca al-Quran, adab-adab beriktitaf dalam masjid, qiyamullail, sedekah dan lain-lain ibadah. Pemahaman yang jelas tentang puasa akan memberi kesan yang mendalam kepada diri seseorang.

**Kedua:** Hendaklah membuat persediaan mental dan rohani untuk menghadapi suasana Ramadhan yang secara intensif melatih umat-Nya mendekati Allah dan membentuk akhlak yang mulia.

**Ketiga:** Membuat persediaan dari segi fizikal atau tubuh badan bagi memastikan tahap kesihatan yang baik. Kesihatan yang baik akan menentukan kita boleh melaksanakan ibadah dengan sempurna. Oleh itu pastikan kualiti dan mutu makanan itu berzat, makan secara sederhana, persekitaran rumah yang bersih dan tidur yang cukup.

**Keempat:** Perlu berjimat cermat dan amalan ini akan membolehkan kita melaksanakan zakat dan memperbanyakkan sedekah kepada mereka yang memerlukannya.

**Kelima:** Ibu bapa bertanggungjawab membimbing dan menentukan ahli keluarga membuat persiapan teliti serta mewujudkan suasana keimanan seperti berjemaah solat fardu dan berjemaah tarawih di rumah atau di masjid

# Persatuan/Kelab: Ke Arah Melahirkan Bakal Pemimpin Negara

Oleh : Shahril Anuar Abdul Ghalim & Nurul Nisha Mohd Shah

(Pensyarah Fakulti Komunikasi dan Pengajian Media Kampus Rembau)

Universiti bukan sahaja berfungsi melahirkan produk graduan yang cemerlang dari sudut akademik, tetapi juga berperanan sebagai platform penerapan ciri-ciri kepimpinan melalui kewujudan kelab dan persatuan yang bernaung dibawahnya. Kelab dan persatuan merupakan aset sesebuah universiti dalam melahirkan pelajar yang lengkap dengan pengalaman dan kemahiran kepimpinan. Latihan kepimpinan diperoleh dengan keterlibatan pelajar secara langsung dalam pengurusan sesuatu kelab ataupun persatuan melalui aktiviti-aktiviti yang telah disusun bersesuaian dengan misi dan visi penubuhannya.

Bakat kepimpinan yang ada dalam diri seseorang pelajar mampu digilap dengan keterlibatan mereka dalam pengurusan kelab/persatuan. Kebolehan mengurus, membuat keputusan, bertindak sebagai penggerak dan bekerjasama sesama ahli

persatuan akan memberi pengalaman berharga sebagai persediaan untuk bergelar pemimpin. Sudah tentu tidak ramai yang mampu untuk melakukannya buat kali pertama apabila menyertai kelab/persatuan tetapi konsep belajar melalui pengalaman adalah amat penting kerana pelajar akan mempelajari seni kepimpinan itu secara berperingkat melalui proses semulajadi yang bakal mematangkan mereka.

## Kepimpinan Melalui Program

Program-program yang dianjurkan setiap semester bakal membuka ruang dan peluang kepada pelajar untuk menimba pengalaman dari segi pengurusan yang berteraskan objektif sesuatu program yang dilaksanakan. Sudah pasti, ianya bukan perkara mudah untuk direalisasikan sesuatu pengurusan acara itu dan keberkesanannya adalah



bersifat subjektif iaitu berdasarkan kejayaan sesuatu program yang dianjurkan. Kerja berpasukan yang diterapkan sepanjang acara berlangsung merupakan pengalaman asas bagi menerap ciri kepimpinan di kalangan pelajar. Keterlibatan mereka secara aktif akan mendorong sifat tanggung-jawab dalam mencapai keberkesanan sesuatu program yang diilhamkan.

Pengurusan masa dan pengorbanan tenaga merupakan perkara yang perlu ketika aktif berpersatuan. Pelajar harus bijak dalam mengatur aktiviti harian agar tidak terbeban kerana tanggungjawab yang digalas. Ia bukanlah perkara yang mudah, memandangkan pelajar juga mempunyai jadual pengkuliahhan yang telah ditetapkan sebagai keutamaan. Faktor kawalan diri dan fokus dalam menentukan keutamaan apabila menjek kaki di menara gading haruslah jelas. Di sinilah, kewibawaan, disiplin dan kestabilan emosi sebagai bakal pemimpin diuji. Keutamaan akademik harus didahulukan dan pada masa yang sama tanggungjawab berpersatuan tidak ditinggalkan. Keseimbangan inilah yang melengkapkan bakal graduan sejurus mereka melangkah keluar dari kehidupan kampus.

## Bimbingan Pensyarah

Pensyarah penasihat perlu memainkan peranan dalam proses menggilap bakat kepimpinan pelajar. Pengalaman pensyarah amat perlu untuk dikongsi dengan pelajar melalui bimbingan secara berterusan. Melalui program yang dianjurkan atas nama persatuan/kelab, pensyarah mampu untuk menerapkan ilmu kepimpinan di luar konteks pembelajaran di dalam kelas. Ini bermaksud penerapan ilmu kepimpinan pensyarah penasihat adalah secara praktikal dan berkesan. Pelajar akan

mendapat bimbingan melalui gerak kerja berpersatuan seperti merancang aktiviti berpandukan fungsi persatuan, membentuk pasukan kerja, membuat keputusan berdasarkan situasi sebenar, penyelesaian masalah sekiranya wujud dan pelbagai lagi.

Bimbingan secara tidak formal ini mampu menyelinap dengan lebih berkesan dan memberikan impak tanpa disedari. Pelajar lebih mudah untuk berkomunikasi, menyuarakan pandangan dalam kumpulan, membuat keputusan secara kolektif antara ahli dan membuat rujukan kepada pensyarah penasihat dengan cara yang lebih santai berbanding pengajaran di dalam kelas. Mesejnya adalah sifat kepimpinan dan minat terhadap kepimpinan akan mudah terserlah apabila pelajar berpersatuan. Pensyarah penasihat perlu bijak mengesan bakat kepimpinan yang ada di peringkat awal aktiviti berpersatuan supaya kelompok pelajar berkenaan dipersiapkan dan diberi peluang untuk menjadi pemimpin pelajar di peringkat fakulti mahupun di peringkat universiti. Matlamatnya mudah iaitu universiti bukan hanya melahirkan para cendekiawan akademik tetapi juga melahirkan pemimpin pelapis kepada negara.

Secara sedar atau pun tidak, bakat kepimpinan adalah umpama suatu hasil seni yang harus dihargai, digilap dan diletak ditempat yang sepatutnya. Jika tidak ianya akan pudar dan mungkin lenyap hanya kerana ia tidak dinilai dengan cara yang sepatutnya. Persoalannya, mampukan kelab/persatuan yang bernaung dibawah universiti melahirkan pemimpin masa hadapan yang lengkap dengan pakej dan ciri-ciri kepimpinan yang unggul?

# CSI

# Ceramah Sampai Ingat Siri 1 dan 2

Oleh : Nur Nabilah Binti Azimoha  
(Pensyarah ACIS UiTM Kampus Seremban)



Program Ceramah Sampai Ingat (CSI) Siri I & II merupakan satu program bercirikan kuliah pengukuhan melibatkan para pelajar diploma yang mengambil kod kursus CTU151 (Pemikiran dan Tamadun Islam), IDA152 (Islam dan Peradaban), IDA102 (Manusia dan Agama), CTU 263 (Pengurusan Islam) dan CTU 266 (Islam dan Pengurusan Sukan). Topik perbincangan siri ini merangkumi silibus CTU151, IDA152, IDA102, CTU 263 dan CTU 266. Bengkel ini akan membantu para pelajar yang mengambil kod-kod

tersebut untuk memahami konsep Islam yang sebenar serta dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan agar selari dengan apa yang telah digariskan dalam al-Quran dan al-Sunnah.

Justeru, atas dasar inilah Pihak Akademi Pengajian Islam Kontemporari (ACIS), UiTM Negeri Sembilan Kampus Seremban bersama-sama dengan Unit Hal Ehwal Islam mengambil inisiatif untuk mengadakan program CSI SIRI I & II kepada mahasiswa/i yang mengambil kursus-kursus ini.





Tajuk CSI Siri I ialah “**Andalusia: Sempadan & Teladan**” yang disampaikan oleh Ustaz Ahmad Fathi Muhammad (pegawai Hal Ehwal Islam Majlis Agama Islam Persekutuan) melibatkan pelajar CTU 151, IDA 152 dan IDA102 yang memfokuskan kepada sejarah dan tamadun Islam di Andalusia. Manakala CSI siri II ialah “**Pengurusan? Islam ada Kaedahnya**” yang disampaikan oleh Ustaz Zahari Mahad Musa (Pensyarah Kanan Universiti Sains Islam Malaysia) melibatkan pelajar CTU 263 dan CTU 266 lebih menumpukan kepada kaedah pengurusan berlandaskan syariat Islam. Kedua-dua siri tersebut diadakan pada 17 April 2019 (Rabu) bertempat di Dewan Kuliah 1 Dato’ Laksamana dan Dewan Dato’ Maharaja, Fakulti Sains Pentadbiran dan Pengajian Polisi bermula

pukul 8.30 malam sehingga 10.30 malam.

Objektif program ini dilaksanakan adalah untuk memberi pendedahan dan kefahaman kepada mahasiswa/i mengenai kod kursus CTU151, IDA152, IDA102, CTU266 dan CTU266. Bahkan juga program ini dapat membangunkan mahasiswa/i untuk menguasai cabang ilmu dalam Islam agar mampu diterjemahkan dalam impak pembelajaran sepanjang hajat di samping dapat melahirkan mahasiswa/i yang cemerlang dunia dan akhirat

Diharapkan dengan adanya program ini sedikit sebanyak dapat memberi input dan maklumat tambahan kepada mahasiswa/i untuk melahirkan insan yang bertaqwa serta dapat mengaplikasikan ilmu yang dipelajari dalam kehidupan semasa sebagai seorang muslim.



# Puisi Kepimpinan Siswa

Oleh : Shahril Anuar Abdul Ghafim & Nurul Nisha Mohd Shah

(Pensyarah Fakulti Komunikasi dan Pengajian Media Kampus Rembau)

Persatuan kelab aset siswa & siswi  
Seiring akademik persiapan diri  
Bakti disumbang menelusuri  
aktiviti  
Tanda terima kasih kepada  
universiti

Dugaan hadir tanpa diminta  
Begini jua hikmah ikhlas bekerja  
Pengalaman ditimba sebagai  
senjata  
Pengajaran dibawa ke alam  
kerjaya

Pengalaman diadun amalan  
praktikal  
Objektif dibentuk sedari awal  
Program tahunan berpandu  
jadual  
Aktiviti bermanfaat, berkebajikan,  
beramal

Pelapis dicari sebagai tradisi  
Graduan seimbang bentuk  
personaliti  
Fizikal mantap ketenangan emosi  
Ciri kepimpinan diterjemah tinggi

Bersemangat berkumpulan  
bekerja erat  
Tanpa lelah mengenal penat  
Teguran diberi tanda sahabat  
Asalkan hasilnya keindahan  
terhebat

Motivasi diri membentuk harapan  
Pemimpin hebat bakal dilahirkan  
Keunikan diri cuba ditonjolkan  
Pembawakan pemikiran hendak  
disalurkan



# Why Whole Grain Foods

Oleh : Nuruul Hidayah Binti Mansor

(Pensyarah ACIS UiTM Kampus Kuala Pilah)

Nurul Azlin Binti Tokiman

(Pensyarah Teknologi Makanan UiTM Kampus Kuala Pilah)



Food is one of the topics that have always been discussed among the society. This is because food is the basic necessity for the well-being of human. Recently, food production has been prepared based on the advancement of modern science and technology. There are several ingredient sources which have been used in the production of food products including grain-base. Muslims are encouraged to investigate their food and meal because awareness to eat halal and good food are mentioned in the Quran in the following versus (al-Baqarah 2:172):

يَأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَكُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَآشْكُرُو اللَّهَ  
إِن كُنْتُمْ إِيمَانًا تَعْبُدُونَ ﴿١٧٢﴾

Meaning: "*O you who have believed, eat from the good things which We have provided for you and be grateful to Allah if it is [indeed] Him that you worship*".

## CHOOSE THE BEST FOR YOUR BREAKFAST



If you are given few choices of breakfast meal, why do think having cereal is much better than Malaysian favourite, nasi lemak, and fried noodles to start your day? Do you know what is so special about breakfast cereal? This is because most of breakfast cereal are made from grains. What is grain?

Grains are small, hard, dry seeds from a plant, with or without an attached hull or fruit layer, harvested for human or animal consumption. There are two main types of commercial grain crops, which are cereals and legumes.

Cereal refers to crops harvested for dry grain only such as maize (corn), barley, rice, oat and wheat. While, legumes includes all types of beans and peas as well as soybean, peanut, chickpea, and lentil. We need to know the different between grain and whole-grain products since they provide different nutrients to our body.

Basically, all grains start life as a whole grains or 100% grain components because they contains entire seed or kernel of a plant including bran, germ and endosperm of a plant. Eating whole-grains and its product such as whole-

meal flour, wholemeal bread, brown rice, pop corn, and barley will provide more natural-occurring nutrients and dietary fibre to our body as compared to refined or processed grains. Milling process used to produce refined grain removes germ and bran from the original components.

Beside looking on “wholemeal” and “whole-grain” label on the packaging, another simplest way to compare between grain and whole-grain products is by looking at their colour and texture.



Most of us preferred white colour rice and finer texture of flour rather than brownish colour rice and fibrous texture of flour. Actually, we are trained since our childhood to choose refined grain rather than whole grain. In fact, these refined grain lost quarter of the protein and many of the nutrients during bleaching process leaving the grain a lower nutrient content. Whole-grain products possess the original elements :

- Bran (outer shell), contains fibre, B vitamins, magnesium and zinc
- Germ (plant embryo), contains phytochemicals and B vitamins
- Endosperm, contains carbohydrates, protein and relatively few vitamins, minerals, fibre, or phytochemicals are located in the endosperm fraction.

Refined white flour, white bread and white rice refers to grains that missed one or more of their key parts such as bran, germ, or endosperm. The major component in refined grain is carbohydrate which comes from endosperm. This endosperm surrounds the germ and supplies food to grow the germ contains the plant embryo. In the other hand, bran is outer layer that protect kernel from uncontrollable environmental factors, including the weather, insects, moulds, and bacteria.

Even though we believe that eating good food will promote a good health, the practices are not easy. We tend to choose good taste product which only energy-dense and nutrient-poor rather than nutrient-dense like whole-grain products that provide beneficial to our health. Consuming whole-grain products can help to provide plant protein, reduce the risk of cardiovascular, Type-2 Diabetes Mellitus, cancer, and prevent chronic diseases.

A study has done by Nutrition Society of Malaysia (NSM) in 2004 to assess whole-grain intakes and dietary source in Malaysian children and adolescents. The results shows only 25% of children and 19% of adolescents were

whole-grain consumers. Mean daily intakes in the total sample were 2.3g/day in children and 1.7g/day in adolescents and in the consumer's only sample, mean intakes reached 9.1g/day and 9.2g/day respectively. It shows whole grain consumed by only a minority of Malaysian children and adolescents and even among consumers, intakes are well below recommendations.

According to Malaysian Food Guide Pyramid, grain-based products formed as the pyramid's base with the highest portion of Recommended Nutrient Intake (RNI) about 4-8 servings daily. This is because, it consists an excellent energy foods for humans with 60% to 70% starch content. Besides, a healthy human diet must also should include 20 to 30 g/day of dietary fibre, which can easily achieved through eating whole-grain and its product. This shows that Malaysian government committed in guiding citizens to practise a healthy eating habits.

You are what you eat. In order to inculcate good eating habit, it should start from our early stage. Good eating habit nurture from childhood can promote a good eating culture, promote healthy lifestyle, and to sustain well-being country.

