NO E-ISSN: 2682-7948

BULETIN APB

EDISI 6

UITM NEGERI SEMBILAN

SELAMAT TAHUN BARU

2021

PENGAJARAN DAN PEMBELAJARAN NORMA BAHARU

UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA

Akademi Pengajian Bahasa

SIDANG REDAKSI

PENAUNG

PROF. DR. YAMIN YASIN

PENASIHAT

PROF. ZAINON BINTI ISMAIL

KETUA PENYUNTING

MOHD NUR FITRI BIN MOHD SALIM

PENOLONG PENYUNTING

FATIN ALIYAH BINTI HASSAN
NURUL SYAFAWANI BINTI HALIM

KETUA GRAFIK

FATIN ALIYAH BINTI HASSAN

TUGAS KHAS

NOOR SHAHARIAH BINTI SALEH

PENERBIT

اونيۏرسيتي تيكنولوݢي مارا
UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA

**Cawangan Negeri Sembilan,
Kampus Seremban Persiaran
Seremban Tiga/1, Seremban 3,
70300 Seremban, Negeri Sembilan
Darul Khusus, MALAYSIA.**

SIDANG PENGARANG
EDISI INI

MUHAMAD IZZAT RAHIM
SITI AIDA BINTI LAMAT
RAJA NURUL JANNAT RAJA HUSSAIN
SHARIFAH MAIMUNAH SYED MUD PUAD
SHAHRUL MUHAZAD SHAHRUDIN
ZUBIR BIN OTHMAN
MAHAZRIL ‘AINI YAACOB
NOOR SHAHARIAH BINTI SALEH
NUR HANI SYAZWANI BINTI BAKRI
MASHITAH NORDIN
NOR HANIZA HASAN
NUR AINI ARIFFIN
FADHIRUL HISHAM AZIZ
FARIHAH HASSAN
ARIFF AIZUDDIN AZLAN
ALICE SHANTHI
EVELYN SHARMINNIE S VASUTHAVAN
NURUL SYAFAWANI HALIM
NUR HAKIMAH MD SALLEHUDDIN
NUR AMIRAH NABIHAH ZAINAL ABIDIN
FATIN ALIYAH BINTI HASSAN

ARTIKEL
EDISI INI

THE SCREEN TIME DILEMMA
Muhamad Izzat Rahim

PERKONGSIAN TIPS KESIHATAN DAN KECERGASAN SEMASA BULAN RAMADHAN
Siti Aida Binti Lamat, Raja Nurul Jannat Raja Hussain, Sharifah Maimunah Syed Mud Puad

WEBINAR ON 'THE NEW REALITY OF LANGUAGE TEACHING'
Shahrul Muhazad Shahrudin

KECEMERLANGAN PENGAJARAN DAN PEMBELAJARAN BIDANG SAINS MELALUI PENGURUSAN MAKMAL YANG BERKUALITI : CABARAN & HARAPAN
Zubir bin Othman

KERJAYA VS KELUARGA: DILEMA DAN CABARAN WANITA BEKERJAYA DI ERA PANDEMIK COVID-19
Mahazril 'Aini Yaacob

COVID-19 ACADEMIC CHALLENGES
Noor Shahariah binti Saleh

WANITA GESTATIONAL DIABETES MELLITUS (GDM) DAN AKTIVITI FIZIKAL
Nur Hani Syazwani Binti Bakri

PROGRAM APBR-CARE: INFAQ RAMADHAN 2021 BERSAMA PERTUBUHAN ANAK YATIM DARUL AMINAN (PAYDA)
Mashitah Nordin, Nor Haniza Hasan

ARTIKEL
EDISI INI

LANGUAGE AND CULTURE FAIR APB REMBAU 2021
Nur Aini Ariffin

OPPORTUNITIES IN THE MIDST OF UNCERTAINTIES
Fadhirul Hisham Aziz, Farihah Hassan

PEMIKIRAN ANTI-KOLONIALISME ISMAIL RAJI AL-FARUQI
Ariff Aizuddin Azlan

ACE: APPS TO ACE ASSIGNMENTS
Alice Shanthi, Evelyn Sharminnie S Vasuthavan,
Nurul Syafawani Halim

SIRI KOLOKIUM PENYELIDIKAN DAN PENERBITAN AKADEMI PENGAJIAN BAHASA UITMCNS KAMPUS SEREMBAN
Nur Hakimah Md Sallehuddin, Fatin Aliyah Hassan

PROGRAM KIT HARI RAYA UNTUK KELUARGA ASNAF ANJURAN APB UITMCNS KAMPUS SEREMBAN DENGAN KERJASAMA PERTUBUHAN KEBAJIKAN AL-TASNEEM DAN PERSATUAN IBU TUNGGAL ISLAM BANGI
Nur Amirah Nabihah Zainal Abidin, Fatin Aliyah Hassan

ARTIKEL

The Screen Time Dilemma

MUHAMAD IZZAT RAHIM
Akademi Pengajian Bahasa, UiTM Kampus Kuala Pilah

Too much of something is bad for us. This saying can be applied to our current situation where many of us are hooked in front of screens for hours every day. In the past, experts warned us that too much screen time could be detrimental to our health and well-being. However, since the Movement Control Order (MCO) started last year, we have spent most of our time in front of screens utilising gadgets such as smartphone, laptop, and tablet.

It was reported that the screen time of Malaysians has increased tremendously during the MCO. Although this is an alarming situation, it is unavoidable since many of our daily tasks and chores are done in front of screens nowadays. For instance, workers need to attend meeting, seminar or training via online platforms which require them to sit in front of a screen for few hours. On the other hand, the young ones are instructed to sit for online classes or complete their homework using electronic gadgets almost every day.

The increased screen time may have adverse effects on one's health and overall well-being. First, too much screen time causes individuals to lead a sedentary life which in turn can be the root of many diseases such as eye sore, obesity, chronic headache, diabetes, and many more. Psychologically, individuals who spend too much time with gadgets are at risk to feel lonely, stressed out or even suicidal. This goes to show that screen time is harmful for us if left unchecked.

Many experts believe that balance is key in this issue. It is understandable that screen time is unavoidable during the MCO. However, it is best to keep screen time at a minimum level. Experts suggest people to practice the 20-20-20 rules where individuals should take a break every 20 minute from screen time by looking at any object that is 20 feet (approximately 6 metre) away for a total of 20 seconds. This practice can avoid eye strain and relax the muscles. In addition, you can do simple stretching to increase blood flow in the body. Stretching is also a great stress reliever after a long hour in front of screens.

All in all, screen time has become embedded in our daily routine. In this pandemic time, it is quite hard to stay away from a screen for a long time. Thus, it is important for us to really take a good care of ourselves. Always be mindful and frequently check your screen time daily to achieve a well-balanced life.

Webinar on 'The New Reality of Language Teaching'

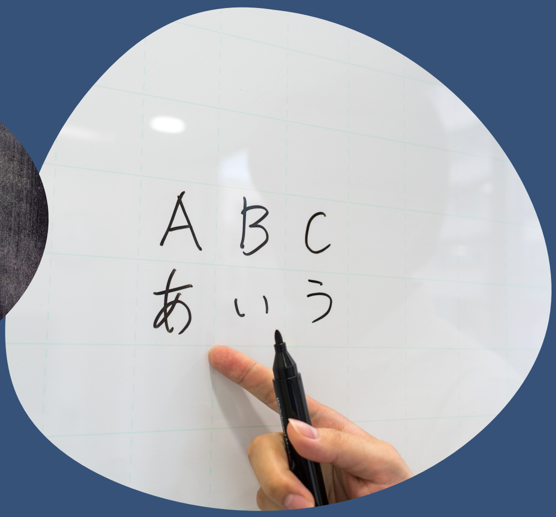
SHAHRUL MUHAZAD SHAHRUDIN
Akademi Pengajian Bahasa, UiTM Kampus Rembau

On 30th April 2021, APB Rembau under the Research, Industry Linkages, Community and Alumni committee successfully conducted a webinar entitled 'The New Reality of Language Teaching'.

The webinar began at 2.45 on a Friday afternoon and lasted for two hours. The purpose of the webinar stemmed from the need of using multimedia for online language teaching, as well as the need for various approaches to online language teachings. Online classes are far more challenging than the traditional classrooms and as such, educators need to always keep up with new methods of language teaching to make the learning process easily comprehensible and interactive.

The invited speaker for the webinar was a senior lecturer from APB UiTM Seremban campus, Dr. Tuan Sarifah Aini Binti Syed Ahmad and was moderated by a lecturer from UiTM Rembau campus, Puan Hazwati Binti Hashim.

For the duration of the webinar, multiple topics were introduced to the webinar participants which ranged from the inclusion of gamification in language teaching which appealed to those who attended, as well as how to implement the said method in their lessons. The fact that gamification is a method to further facilitate language teaching and learning is a topic that is worth considering. The participants were also given some examples in the form of previously used games by the speaker. All of this amounts to deeper understanding of the current approach that the educators can utilise in this era of online classes and learning.



At the end of the webinar session, questions were taken from the participants and were answered by the speaker thus making the webinar an interactive session. Participants were awarded e-certificates as well as training hours.

In summary, the inclusion of gamification in teaching and learning is something that more educators should adopt due to the fact that it makes the teaching and learning process more interactive. The webinar has brought more attention to how successful gamification in learning actually is and participants have given positively overwhelming feedback regarding the session itself as they are more knowledgeable than ever after attending the webinar.

Perkongsian Tips Kesihatan dan Kecergasan Semasa Bulan Ramadhan

"KONGSI KASIH RAMADHAN, INDAH SENYUMAN SYAWAL"

SITI AIDA BINTI LAMAT, RAJA NURUL JANNAT RAJA HUSSAIN, SHARIFAH MAIMUNAH SYED MUD PUAD

Fakulti Sains Sukan dan Rekreasi, UiTM Kampus Seremban

Ramadhan adalah bulan yang ditunggu-tunggu oleh seluruh umat Islam saban tahun kerana bulan inilah bulan yang penuh keberkatan. Di bulan Ramadan inilah kita sebagai umat Islam dapat melipatgandakan amalan selain mengharap rahmat dan keampunan-Nya. Ketibaan Ramadhan di tengah pandemik COVID-19 yang masih belum selesai memerlukan kita untuk melihat bulan mulia ini dari perspektif yang betul. Ia penting supaya makna atau roh Ramadhan itu terus berjaya dihidupkan meskipun dalam satu situasi yang sangat berbeza. Bagi seorang Muslim, kedatangan bulan Ramadhan seharusnya disambut dengan rasa gembira dan penuh rasa syukur walau dalam apa jua keadaan. Selain bertumpu pada puasa, ada banyak amalan sunnah Ramadhan yang dapat menghidupkan lagi keimanan seorang hamba ialah bersedekah. Sedekah bukanlah setakat pada kebaikan kepada manusia yang menerima, malah kepada manusia yang menghulur. Sedekah bukan sahaja dari bentuk wang malahan ilmu yang bermanfaat juga boleh disedekahkan kepada orang ramai.

Sebagai inisiatif bagi menghidupkan suasana Ramadan dan Syawal yang bakal menjelang, pihak Fakulti Sains Sukan dan Rekreasi Cawangan Negeri Sembilan, Kampus Seremban telah mengadakan satu program USFR-FSR "Kongsi Kasih Ramadhan, Indah Senyuman Syawal" bersama beberapa keluarga asnaf dan anak yatim di sekitar Seremban, Kajang dan Bangi. Melalui program tersebut, bukan sahaja bantuan dari segi keperluan asas diberikan malahan ilmu berkenaan mengekalkan gaya hidup sihat juga dikongsi bersama mereka. Intipati ilmu yang diberikan adalah berkaitan 'Kekal Sihat Gaya Rasulullah SAW', 'Tips 8 Gelas Air di Bulan Ramadhan', 'Pengambilan Makanan Seimbang', 'Manfaat Solat sebagai Senaman Regangan' dan 'Kelebihan Malam Lailatul Qadar'. Perkongsian ini sebagai tanda komitmen dan keprihatinan warga fakulti dalam membantu memberi kesedaran ilmu dalam mengekalkan gaya hidup sihat dan kekal cergas dalam melaksanakan ibadat terutamanya di bulan Ramadhan.

Salah satu nikmat yang sering diabaikan oleh manusia iaitu nikmat sihat yang sangat berkait rapat dengan gaya hidup seseorang individu dari aspek pemakanan,aktiviti harian dan persekitaran. Tujuh langkah kekal sihat sihat gaya Rasulullah SAW ini merupakan gaya hidup yang sihat baik dari segi fizikal dan mental sekaligus menambahkan pahala di bulan Ramadan. Merujuk kamus Dewan Bahasa Dan Pustaka Edisi Ke-empat, kesihatan merupakan keadaan atau perihal yang sihat, kesegaran serta kebaikan terhadap tubuh badan. Selain daripada itu, kesihatan adalah satu tahap atau keadaan di mana seseorang individu itu mempunyai kesejahteraan yang sempurna dari segi fizikal, mental dan sosial dan bukan semata-mata bebas daripada sebarang bentuk penyakit atau badan berasa tidak berdaya. Menginsafi hal ini, marilah sama-sama kita mencontohi aktiviti-aktiviti yang menjadi rutin hidup Rasulullah SAW mengandungi hikmah dan ilmu baharu untuk kita teladani zaman ini.

70 peratus daripada badan kita adalah air. Justeru itu, pengambilan air yang mencukupi sewaktu bulan puasa ni sangatlah penting supaya kita tidak terdehidrasi. Minum air yang mencukupi sangat penting untuk kita mengekalkan kesihatan tubuh badan kerana ia membantu melancarkan sistem perkumuhan dan menjadi agen pembuang bahan toksin dalam badan. Kita digalakkan untuk mengambil air kosong atau air masak sekurang-kurangnya 2-3 liter setiap hari. Sepanjang Ramadhan ini, para pembaca mengikuti cara-cara pengambilan air di bulan puasa bermula semasa berbuka puasa, sehinggalah sewaktu bersahur, cukup 8 gelas sehari. Aturan pengambilan air itu dilihat sangat praktikal dan mudah, memandangkan pengambilan air adalah penting bagi mereka yang berpuasa.

Di Malaysia, kita berhadapan dengan cabaran yang besar untuk mengamalkan pengambilan makanan yang sihat kerana Malaysia kaya dengan restoran-restoran yang menawarkan makanan lazat beraneka pilihan dan rasa dengan perkhidmatan 24 jam sehari menyebabkan kira sering terlupa untuk menjaga kesihatan. Menjelang bulan puasa biasanya akan mengubah diet harian kita. Seseorang biasanya akan merasa ketidakselesaan perut sepanjang berpuasa. Walau bagai manapun, kesihatan kita masih dapat dikekalkan dengan pengambilan diet yang seimbang dan mencukupi merujuk kelima-lima kumpulan makanan semasa sahur dan berbuka. Tips pemakanan sihat (rujukan KKM) mengikut cadangan piramid makanan 2020 semasa berpuasa adalah seperti pembahagian masa makan yang betul iaitu merangkumi masa berbuka, makan malam dan ketika bersahur bagi mengelak pengambilan makanan berlebihan ketika berbuka. Sekiranya seseorang tidak mengambil makan malam atau tidak bersahur dan mengutamakan makanan yang tinggi serat dengan meningkatkan pengambilan bijirin seperti beras perang, roti mil penuh dan kekacang. Selain itu, sayur-sayuran dan buah-buahan juga merupakan sumber makanan yang sangat kaya dengan serat. Pengambilan serat yang tinggi semasa sahur dapat mengekalkan rasa kenyang yang lebih lama di siang hari dan memberi tenaga agar aktiviti harian dapat dilakukan seperti biasa berbanding bulan-bulan yang lain. Manakala pengambilan serat yang mencukupi semasa berbuka dapat memberi tenaga segera, meneutralkan rembesan asid berlebihan di dalam perut sekaligus dapat mengawal glukosa darah khususnya kepada penghidap diabetes

Kajian yang dijalankan mendapati ibadat solat menghasilkan keadaan tenang kepada otak manusia manakala menunaikan solat dengan sempurna dan tertib amat baik dalam mengekalkan tahap kestabilan mental serta emosi seseorang. Pergerakan solat yang melibatkan keadaan berdiri tegak, rukuk, duduk dan sujud secara tertib dan berulang boleh diumpamakan sebagai senaman ringan. Tabiat mengamalkan kedudukan tulang belakang lurus melintang ketika rukuk melambatkan proses penuaan, tisu bertambah aktif, proses imbangan air dalam badan lebih baik dan melancarkan fungsi buah pinggang. Kajian menunjukkan kedudukan seperti rukuk, sujud dan duduk membantu memberikan keadaan rehat kepada jantung. Selain ibadah, solat boleh dianggap sebagai senaman fizikal yang sederhana yang melibatkan pergerakan badan seperti berdiri, tunduk, duduk dan sujud. Sakit pinggang merupakan masalah yang biasa berlaku bagi golongan dewasa dan mereka yang bekerja, tetapi terapi senaman melalui pergerakan solat yang betul dapat mengembalikan keupayaan kelenturan badan, mengekalkan postur badan yang ideal dan membantu mengurangkan sakit pinggang. Kajian yang dijalankan merumuskan pergerakan dalam solat dapat memberikan kebaikan dalam memulihkan dan membantu mengembalikan kenormalan fungsi aktiviti otot erektor spina terutama bagi mereka yang mengalami sakit pinggang.

Malam Lailatul Qadar merupakan satu malam yang sangat istimewa kepada orang-orang beriman yang sentiasa mencari keredaan Allah. Setiap mukmin mengimpikan untuk bertemu dengan malam Lailatul Qadar. Ini kerana Allah mengkhabarkan kepada kita bahawa malam itu ia lebih baik daripada 1,000 bulan dan terdapatnya kelebihan yang dijanjikan Allah kepada mereka yang sentiasa mencari keredaanNya pada malam itu. Ini bertepatan dengan perbuatan Baginda Rasulullah seperti mana di dalam hadis: Rasulullah berusaha sedaya upaya pada malam sepuluh akhir Ramadhan melebihi usahanya daripada malam-malam yang lain [HR Muslim 2009].

Semoga perkongsian ilmu ini dapat memberi manfaat kepada masyarakat umum dan menjadi sebahagian pahala sedekah yang akan berterusan. Oleh itu sambutlah Bulan Ramadhan dengan penuh kegembiraan kerana pintu kebaikkan dibuka seluas-luasnya dengan gandaan pahala yang ditawarkan kepada mereka yang melakukan kebaikan dalam bulan Ramadan. Rasulullah SAW bersabda; Barangsiapa yang menginfaqkan dua jenis (berpasangan) dari hartanya di jalan Allah SWT, maka dia akan dipanggil dari pintu-pintu syurga; (Iaitu dikatakan kepadanya): "Wahai 'Abdullah, Inilah kebaikan (dari apa yang kamu amalkan). Maka barangsiapa dari kalangan ahli solat dia akan dipanggil dari pintu solat, dan barangsiapa dari kalangan ahli jihad dia akan dipanggil dari pintu Jihad dan barangsiapa dari kalangan ahli puasa dia akan dipanggil dari pintu ar-Rayyan dan barangsiapa dari kalangan ahli sedekah dia akan dipanggil dari pintu sedekah". 'anhu bertanya: 'Demi bapa dan ibuku, jika seseorang dipanggil d iantara pintu-pintu yang ada, itu sebuah kepastian, namun apakah mungkin akan dipanggil semua pintu?". Rasullullah SAW menjawab: "Benar, dan aku berharap kamu termasuk di antara mereka" (HR Bukhari No: 1764). Status Hadis Sahih.

KELEBIHAN MALAM LAILATUL QADAR

- Dikatakan lebih baik daripada seribu bulan.
- Malaikat dan Jibril turun pada malam tersebut.
- Turunnya malaikat dan Jibril membawa rahmat dengan perintah Tuhan.
- Mendapat keselamatan dan kebaikan semuanya tanpa sebarang kejahatan hingga keluarnya fajar.

> "MALAM LAILATUL-QADAR LEBIH BAIK DARIPADA SERIBU BULAN."

TANDA - TANDA MALAM LAILATUL QADAR

- Malam tersebut terang dan nyaman dan tidak panas pada paginya
- Matahari terbit tidak terang dan tidak panas

MEMASUKI SYURGA MENERUSI PINTU IBADAT

أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ مَنْ أَنْفَقَ زَوْجَيْنِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ نُودِيَ مِنْ أَبْوَابِ الْجَنَّةِ يَا عَبْدَ اللَّهِ هَذَا خَيْرٌ فَمَنْ كَانَ مِنْ أَهْلِ الصَّلَاةِ دُعِيَ مِنْ بَابِ الصَّلَاةِ وَمَنْ كَانَ مِنْ أَهْلِ الْجِهَادِ دُعِيَ مِنْ بَابِ الْجِهَادِ وَمَنْ كَانَ مِنْ أَهْلِ الصِّيَامِ دُعِيَ مِنْ بَابِ الرَّيَّانِ وَمَنْ كَانَ مِنْ أَهْلِ الصَّدَقَةِ دُعِيَ مِنْ بَابِ الصَّدَقَةِ فَقَالَ أَبُو بَكْرٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ بِأَبِي أَنْتَ وَأُمِّي يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا عَلَى مَنْ دُعِيَ مِنْ تِلْكَ الْأَبْوَابِ مِنْ ضَرُورَةٍ فَهَلْ يُدْعَى أَحَدٌ مِنْ تِلْكَ الْأَبْوَابِ كُلِّهَا قَالَ نَعَمْ وَأَرْجُو أَنْ تَكُونَ مِنْهُمْ

Rasulullah SAW bersabda: "Barangsiapa yang menginfaqkan dua jenis (berpasangan) dari hartanya di jalan Allah, maka dia akan dipanggil dari pintu-pintu syurga; (lalu dikatakan kepadanya): "Wahai 'Abdullah, inilah kebaikan (dari apa yang kamu amalkan). Maka barangsiapa dari kalangan ahli solat dia akan dipanggil dari pintu solat dan barangsiapa dari kalangan ahli jihad dia akan dipanggil dari pintu jihad dan barangsiapa dari kalangan ahli puasa dia akan dipanggil dari pintu ar-Rayyan dan barangsiapa dari kalangan ahli sedekah dia akan dipanggil dari pintu sedekah". Lantas Abu Bakar Ash-Shidiq radliallahu 'anhu bertanya: "Demi bapa dan ibuku, jika seseorang dipanggil diantara pintu-pintu yang ada, itu sebuah kepastian, namun apakah mungkin seseorang akan dipanggil dari semua pintu?". Rasulullah menjawab: "Benar, dan aku berharap kamu termasuk diantara mereka". (HR Bukhari No: 1764). Status: Hadis Sahih

Kongsi Kasih Ramadhan, Indah Senyuman Syawal

ANJURAN
FAKULTI SAINS SUKAN DAN REKREASI,
UiTM CAWANGAN NEGERI SEMBILAN,
KAMPUS SEREMBAN

3 - 9 MEI 2021

KEKAL SIHAT GAYA RASULLULLAH SAW

- Tidur yang cukup
- Bangun sebelum subuh
- Jaga kebersihan
- Tidak makan berlebihan
- Makan/Minum ketika perlu
- Banyak berjalan kaki
- Memaafkan orang

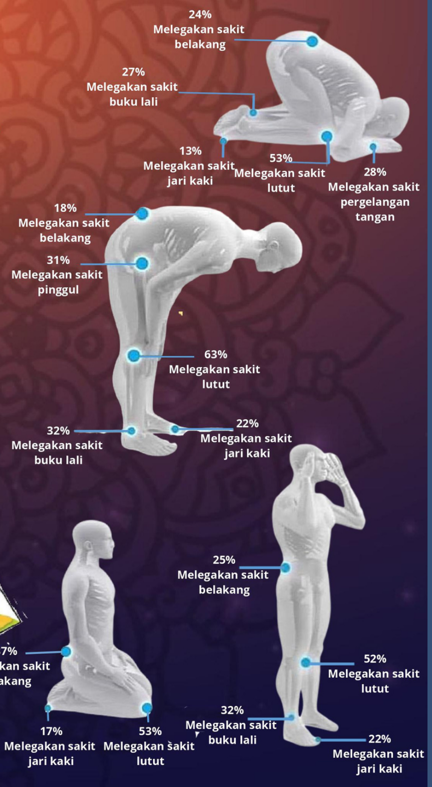
TIPS 8 GELAS AIR DI BULAN RAMADHAN

PIRAMID MAKANAN 2020

Kumpulan karbohidrat kini berada di aras 2 dengan saranan 3-5 sajian sehari

Sayur-sayuran dan buah-buahan kini di aras bawah dengan saranan pengambilan sekurang-kurangnya 3 sajian sayur dan 2 sajian buah

MANFAAT SOLAT SEBAGAI SENAMAN REGANGAN



Kecemerlangan Pengajaran dan Pembelajaran Bidang Sains Melalui Pengurusan Makmal Yang Berkualiti: Cabaran & Harapan

ZUBIR BIN OTHMAN

Ponolong Pegawai Sains Kanan, Unit Makmal Sains, Bahagian Hal Ehwal Akademik

Peluang menjalankan praktikal amali di makmal sains merupakan satu pengalaman berharga kepada para pelajar yang mengikuti pengajian di bidang sains khususnya di universiti. Pengajian yang sarat dengan pelbagai teori, pendedahan fenomena, konsep, hukum-hukum sains, formula, model dan segala ilmu pengetahuan berkaitan bidang ini tidak sempurna tanpa penglibatan aktiviti di makmal. Sejak sekian lama, perjalanan kelas amali dan projek penyelidikan pelajar tahun akhir sememangnya diakui mampu memberi impak yang besar terhadap pembinaan kemahiran saintifik dan pemahaman para pelajar tentang konsep-konsep sains serta aplikasinya dalam kehidupan. Di kampus ini, para pelajar Fakulti Sains Gunaan diberikan peluang yang seluasnya untuk mengendalikan peralatan yang berteknologi tinggi secara *hands on* seawal pengajian di peringkat diploma lagi. Ini sebagai langkah awal universiti membina pengetahuan dan keyakinan para pelajar ini tentang fenomena dan konsep sains yang dipelajari dengan harapan ianya akan dapat melahirkan graduan yang berdaya saing dan memiliki kebolehpasaran yang tinggi dalam bidang yang diceburi.

Kecemerlangan pengajaran dan pembelajaran (P&P) dalam bidang sains di universiti ini sememangnya boleh dicapai dengan sinergi yang terbentuk antara staf akademik dan staf pentadbiran makmal. Kedua-dua pihak ini perlu saling berinteraksi dalam menjalankan fungsi di jabatan dan mencari titik keserasian agar gerak kerja operasi yang dilaksanakan sentiasa berkesinambungan seterusnya secara bersama mampu mencapai *Performance Indicators* (*PI*) yang telah diamanahkan oleh pengurusan universiti. Melalui sinergi yang terbentuk, semua pihak bergerak ke arah mencapai matlamat strategik universiti iaitu menjadi sebuah universiti yang terkemuka bertaraf global. Pada keadaaan ini, kita akan mendapati para pensyarah dan staf makmal sentiasa bahu-membahu serta saling melengkapi kekurangan dan kelebihan yang ada dalam usaha memberikan perkhidmatan terbaik kepada pelanggan mereka iaitu para pelajar.

Berbekalkan formulasi nilai IDART dan ESI yang diketengahkan oleh pengurusan universiti, ianya menjadi asas yang kukuh untuk menggembeling seluruh warga univeristi agar bergerak maju di bidang dan peringkat masing-masing demi kemajuan bersama. Inilah saatnya untuk tidak lagi bertanya apakah sumbangan universiti kepada kita, sebaliknya yang wajar ditanya adalah apakah sumbangan kita kepada universiti? Saat ini, seharusnya kepentingan universiti difokuskan melebihi kepentingan peribadi. Potensi warga universiti di semua peringkat haruslah diraikan. Tidak perlu menuding jari dan mencari salah sesiapa. Mencari kesempurnaan terhadap seseorang individu memang sukar dan kadangkala menyakitkan. Maka disebalik kelemahan dan kelebihan seseorang itu, haruslah dicari faktor yang mampu melengkapi antara satu sama lain.

Mencari titik keserasian antara pensyarah dan staf makmal bukanlah sesuatu yang mudah. Ini kerana latar belakang akademik antara kedua-dua pihak ini agak ketara. Seringkali berlaku masalah komunikasi dalam berurusan kerana ternyata mereka "bercakap dalam bahasa yang berbeza". Faktor pendedahan keilmuan, laluan kerjaya dan yang tidak kurang pentingnya iaitu prosedur kerja yang tidak jelas atau tidak sesuai pada realiti makmal sedia ada menambahkan lagi keserabutan operasi di makmal. Keadaan sebegini, sekiranya dibiarkan berlanjutan akan merugikan para pelajar seterusnya menjatuhkan reputasi universiti yang kita cintai ini.

Pada hakikatnya, staf makmal berperanan penting dalam membantu para pensyarah menyediakan bahan keperluan kelas amali dan projek penyelidikan pelajar yang dijalankan di makmal. Ia adalah tugas utama yang perlu diberi tumpuan oleh seseorang staf makmal. Pengurusan makmal sains dan tadbir urus yang cekap merupakan elemen penting dalam memastikan kelancaran operasi dan penyampaian perkhidmatan yang berkualiti. Secara fungsinya, seseorang staf makmal di fakulti yang terlibat menjalankan tanggungjawab P&P di makmal perlu menjayakan lima skop tugas utama iaitu Pengurusan Operasi P&P (terdiri dari Kelas Amali dan Projek Penyelidikan Pelajar), Pengurusan Sumber /Am, Pengurusan Bekalan, Pengurusan Penyelenggaraan dan Pengurusan Keselamatan & Kesihatan Pekerjaan (KKP) Makmal.

Setiap skop tugas ini memiliki urusan atau hubungan secara langsung dengan Pusat Tanggungjawab (PTJ) yang berbeza. Dalam melaksanakan skop tugas di bawah Pengurusan Operasi P&P (Kelas Amali & Projek Penyelidikan Pelajar), seseorang staf makmal itu perlu berdamping rapat dengan para pensyarah di bawah pusat pengajian masing-masing. Ini kerana, hala tuju sesebuah bidang kepakaran yang dibangunkan atau program yang ditawarkan itu tertakluk kepada perancangan sesebuah pusat pengajian itu sendiri. Para pensyarah adalah pakar rujuk yang perlu dihargai dan ditadah ilmunya oleh staf makmal. Mereka adalah guru, mereka juga umpama sahabat seperjuangan sepanjang tempoh perkhidmatan di universiti. Setelah ilmu dan kemahiran yang diperlukan dalam sesuatu bidang itu dikuasai dengan baik, maka akan lahir perasaan minat yang mendalam seterusnya komited serta berinovatif dalam menjayakan tugas yang diamanahkan.

Tidak berhenti di situ, bagi memastikan kelancaran dan kecemerlangan operasi P&P di makmal, ianya perlu didokong kuat oleh pengurusan dan tadbir urus Unit Makmal Sains itu sendiri. Unit Makmal Sains (UMS) perlu komited melakukan perancangan, perlaksanaan, penyeliaan dan penambahbaikan berterusan agar perkhidmatan yang dibekalkan kepada pelanggan (pelajar dan pensyarah) adalah berkualiti dan memenuhi piawaian. Secara tadbir urusnya, skop tugas di bawah gerak kerja Pengurusan Sumber / Am UMS akan berurusan langsung dengan Bahagian Pentadbiran, Bahagian Hal Ehawal Akademik, Unit Pengurusan Kualiti dan Unit Komunikasi Korporat. Bagi skop tugas Pengurusan Bekalan UMS pula akan berhubungan langsung dengan Pejabat Bendahari, manakala skop tugas Pengurusan Penyelenggaraan UMS akan berhubungan langsung dengan Bahagian Pengurusan Fasiliti dan Pengurusan KKP pula akan berhubungan langsung dengan Sub JKKP Unit Makmal Sains yang mana di peringkat seterusnya akan melapor kepada JKKP UiTM Negeri. Kesemua gerak kerja pengurusan ini perlu berjalan dengan harmoni dan konsisten memandangkan ia adalah tulang belakang kepada kelancaran Pengurusan Operasi P&P (Kelas Amali & Projek Penyelidikan Pelajar).

Apa yang lebih mencabar adalah, sejauh manakah Pengurusan Unit Makmal Sains (UMS) itu bijak menempatkan diri menyumbang peranan bersama pemegang taruh terlibat dalam usaha mencapai *Performance Indicators (PI)* universiti yang telah diturunkan? Selain itu, sejauh manakah kebijaksanaan pengurusan UMS terhadap pematuhan pekeliling universiti dalam mengimbangi permintaan dari pusat pengajian? Sememangnya cabaran ini boleh dihadapi dengan pengurusan makmal yang cekap dan bersepadu. Kesemua fungsi tugas yang disebutkan dirangka untuk menjadikan makmal-makmal sains yang terdapat di kampus ini turut menyumbang kepada kecemerlangan P&P di bidang sains yang ditawarkan di univerisiti ini. Di masa hadapan adalah diharapkan agar makmal-makmal sedia ada ini mampu mengembangkan lagi potensinya menjadi makmal penyelidikan dan makmal perkhidmatan yang meragkumi tiga pelanggan utamanya iaitu para pelajar, para penyelidik dan para pelanggan luar. Dengan kepelbagaian fungsi ini sememangnya memerlukan kepada pengurusan makmal yang berkualiti seterusnya menjadikan makmal-makmal di universiti ini sebagai rujukan kepada pihak lain.

Program APBR-Care: Infaq Ramadhan 2021 Bersama Pertubuhan Anak Yatim Darul Aminan (PAYDA)

MASHITAH NORDIN, NOR HANIZA HASAN
Akademi Pengajian Bahasa, UiTM Kampus Rembau

Pada 26 April 2021, seramai tujuh orang pensyarah bahasa di bawah Jawatankuasa PJIM APB UiTM Kampus Rembau bersama Koordinator APB Rembau, PM Dr Soo Kum Yoke telah mengadakan program APBR-Care: Infaq Ramadhan 2021 bersama PAYDA.Pertubuhan tersebut ditubuhkan pada tahun 2006 oleh Tuan Haji Kamalul Arifin. Ia terletak di Ampangan Seremban, Negeri Sembilan. Pertubuhan anak yatim ini mempunyai 21 orang anak yatim lelaki dan perempuan yang berumur antara 7 hingga 18 tahun.

Program ini berbentuk pemberian sumbangan makanan berbuka puasa kepada anak-anak yatim dan pihak pengurusan PAYDA. Sumbangan tersebut telah disampaikan oleh PM Dr Soo Kum Yoke kepada wakil PAYDA mengikut SOP yang ditetapkan. Tiada aktiviti bersemuka yang dijalankan kerana Seremban berada dalam tempoh PKPB. Namun, ini tidak menjadi penghalang untuk pensyarah-pensyarah bahasa di APB UiTM Kampus Rembau menjalankan program kemasyarakatan.

Program ini telah mencapai objektifnya iaitu telah memupuk rasa keprihatinan dan kecaknaan terhadap kepentingan perkhidmatan kepada komuniti dan masyarakat serta mewujudkan peluang untuk menjalinkan dan mengeratkan hubungan baik bersama masyarakat.

Program seperti ini juga penting supaya dapat memberi kesedaran dalam kalangan pensyarah tentang tanggungjawab sosial terhadap masyarakat khususnya kepada anak-anak yatim.

APBR-Care...Kami ambil tahu.

INFAQ
RAMADHAN 2021

INFAQ
RAMADHAN 2021

KERJAYA vs KELUARGA: Dilema dan Cabaran Wanita Bekerjaya di Era Pandemik Covid-19

MAHAZRIL 'AINI YAACOB

Fakulti Sains Pentadbiran dan Pengajian Polisi, UiTM Kampus Seremban

Siapa sangka bekerja dari rumah (working from home) yang dahulunya seringkali diimpikan oleh kebanyakan pekerja sebagai salah satu fleksibiliti kini menjadi mimpi ngeri. Fleksibiliti yang pada dasarnya memberi kemudahan kepada pekerja untuk mengatur proses kerja dengan masa yang tersendiri, kini ternyata mengubah corak dan rutin kehidupan kita. Kesan pandemik Covid-19 yang melanda dunia ternyata memberi impak yang besar bukan saja kepada dunia, malahan kepada setiap individu. Disebabkan kes Covid-19 yang semakin melonjak naik serta prosedur operasi standard mendorong kepada perubahan sistem kerja daripada bekerja dari pejabat (WFO) kepada bekerja dari rumah (WFH). Perubahan ini, walaupun disambut baik oleh pekerja pada awalnya, ternyata meresahkan kebanyakan mereka terutamanya golongan wanita bekerjaya. Ini adalah kerana tugas sebagai pekerja serta tanggungjawab sebagai ibu menjadikan situasi bekerja dari rumah dilihat sebagai satu kekurangan berbanding kelebihan.

Bekerja dari rumah dengan situasi di mana anak-anak di hantar ke sekolah dan pusat jagaan ternyata dapat dilakukan dengan lebih aman dan efektif. Namun, disebabkan oleh pandemik ini di mana berlakunya penutupan sekolah, tadika serta pusat jagaan kanak-kanak menyebabkan bekerja dari rumah itu menjadi kurang efektif, terutamanya bagi golongan wanita. Walaupun tadika dan pusat jagaan kanak-kanak swasta dibenarkan beroperasi di waktu pandemik ini, namun angka kes kanak-kanak yang dijangkiti virus Covid-19 yang semakin meningkat naik menyebabkan ibu bapa berhadapan dilema untuk terus menghantar anak mereka ke tadika dan pusat jagaan. Menurut kenyataan dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia pada 3 Jun 2021, terdapat 3 kes kematian yang melibatkan kanak-kanak pada tahun 2020 dan angka yang sama juga dilaporkan pada lima bulan pertama tahun 2021. Trend ini sangat membimbangkan dan menambahkan lagi dilema ibu bapa untuk mendedahkan anak-anak mereka di luar. Justeru, penjagaan di rumah dilihat sebagai satu strategi yang efektif dalam menangani virus ini daripada menjangkiti kanak-kanak. Hal ini dilihat menambah dilema terutama dikalangan ibu bekerjaya kerana tugas kerja yang menuntut mereka untuk terus kekal aktif walaupun bekerja dari rumah.

Bekerja dari rumah dan pada masa yang sama menjaga anak kecil mahupun yang bersekolah ternyata menjadi cabaran utama kepada ibu bekerjaya. Hakikatnya, pekerja wanita dilihat membuat kerja lebih dari masa yang sepatutnya lantaran menggalas tugas sebagai pekerja dan ibu dalam masa yang sama. Lihat saja situasi di mana ibu yang perlu mengendalikan kelas atas talian anak-anak dan pada masa yang sama perlu menghadiri mesyuarat, perbincangan mahupun tugas kerja yang lain. Ditambah pula dengan situasi anak yang memerlukan perhatian dikala tugas juga harus diutamakan. Akibatnya, banyak di antara mereka yang mengalami tekanan dan kemurungan disebabkan situasi ini. Kajian yang dijalankan oleh IPSOS bertajuk Impak Pandemik Terhadap Pekerja di Malaysia mendapati bahawa 67 peratus pekerja mengalami tekanan disebabkan perubahan rutin kerja manakala 58 peratus mengalami tekanan disebabkan oleh urusan penjagaan anak-anak. 63 peratus pekerja di Malaysia juga dilaporkan menghadapi masalah dalam menyeimbangkan antara kerja dan keluarga (IPSOS, 2021). Ternyata bekerja dari rumah di masa pandemik ini memberi implikasi yang besar kepada pekerja terutamanya ibu bekerjaya sehingga menganggu kesejahteraan hidup mereka baik dari segi fizikal mahupun kestabilan emosi. Untuk mengekalkan momentum kerja dan pada masa yang sama menguruskan hal rumah dan anak-anak ternyata menyebabkan golongan pekerja ini kadangkala hilang fokus. Ada di antara mereka yang terpaksa meninggalkan kerja akibat tidak dapat menanggung beban tuntutan kerja rumah dan pejabat. Situasi ini sedikit sebanyak memberi kesan kepada peratusan kepimpinan wanita dalam pengurusan dan sektor pekerjaan. Di saat kepimpinan wanita diperlukan dalam pengurusan sesebuah organisasi, mereka terpaksa mengorbankan kerjaya demi kelangsungan hidup berkeluarga.

Justeru, banyak pihak dilihat perlu memainkan peranan dalam memastikan kelangsungan kesejahteraan golongan pekerja ini. Majikan khususnya perlu merangka semula sasaran kerja agar bersesuaian dengan cabaran dan situasi yang dihadapi oleh golongan wanita bekerjaya di rumah. Sokongan moral dan motivasi berterusan dilihat dapat membantu ibu bekerjaya dalam menghadapi cabaran bekerja dari rumah. Selain itu, bagi wanita bekerjaya yang berhadapan cabaran ini pula, komunikasi berterusan bersama pasangan, rakan-rakan dan keluarga dilihat dapat membantu mereka dalam menangani masalah ini. Kadangkala kita perlu menerima bahawa produktiviti semasa bekerja dari rumah semasa pandemik ini tidak akan sama sewaktu bekerja di pejabat dan menerima kekurangan itu supaya kita dapat terus melangkah lagi.

COVID-19 Academic Challenges

NOOR SHAHARIAH BINTI SALEH
Akademi Pengajian Bahasa, UiTM Kampus Seremban

When the COVID-19 outbreak struck in early March 2020, the Malaysian government took a risky move to close all sectors. The higher education institution was nonexceptional. Educators were instructed to switch to fully online distance learning (ODL). There were various responses to this decision but most educators rooted in one idea that the knowledge impartment must sustain. The educational system was on the verge of starting over the traditional approach but compelled back to online teaching and learning. This prolonged online distance learning costs educators and students to struggle to adapt to the education mode, assessments, and emotions.

Changing mode

One of the challenges that educators face is in familiarising themselves with online distance learning. Online teaching and learning are not something new to higher institutions but making it a full-time implementation requires time, cost and effort. Educators are constantly sent or volunteer to attend online teaching-related training to equip them with current situations better. Educators' greatest fears are the incapability of handling online classes and enquiries on the medium's effectiveness besides the lack of students' feedback during the online course. Teaching languages like English, for instance, considers the impact of virtual teaching on students' proficiency, especially reading, writing, listening and speaking (Kuruppannan & Muhammad, 2020). Due to this, educators need to probe into various absorbing mediums to engage with different proficiency levels. Academics also have to invest in experimenting with multiple means of teaching to encourage students' participation and interest in online learning. Some of the applications include Kahoot, Quizizz, Edpuzzle and so on. All these efforts require significant consideration in offering the best learning chances for the students (Othman et al., 2020).

Simultaneously, students prepare themselves to be ready for the new mode of learning. However, finding suitable and affordable devices to continue learning is proven easier said than done as most students do not have incomes. Moreover, they still expect the information to be provided by the educators and that educators offer prompt responses. The prominent restrictions in adopting online learning are the accessibility of wifi and data quota packages for each student who economically and monetarily constrained or those in places with poor internet connections (Wargadinata et al., 2020). Students also face their own hard time, especially in coping with the topics that are better learned face-to-face.

Shifting Assessments and Evaluations

To cater for the drastic changes in teaching and learning, educators need to contemplate using numerous mediums to test or assess students. From rigorous and reliable assessments, educators have to find out the convenient yet appropriate alternatives to students. Some universities even never experienced online examinations before, forcing instructors to start over from scratch. Preparing the assessments is one issue, and conducting it will be another. This process has flickered debates among higher institution educators on the integrity and measures of completing the evaluations (Nasri et al.,2020). The present situation coerces educators to come up with several sets of assessments to avoid cheating and plagiarism. Besides, instructors are responsible for creating a suitable evaluating environment where students will experience developing and applying the knowledge they have learned in the online distance classroom.

Even there are positive responses from students relating to the switch from face-to-face to virtual learning, there are still many students who have difficulties accepting the shift in assessments. Internet connection is one of the relatable issues students deal with in online tests or examinations. Students tend to have technical issues, particularly during the live assessment, leading to assessment completion and submission failure. Resubmission or redo of evaluations due to internet failure can cause students to lose focus and interest. Also, during this pandemic, students demand a clear decision and instruction on the assessment and examination they take. As Hasan and Bao (2020) explain, this is due to fear of losing a year of academic, and students are anxious over the preparation they have to make. However, Malaysian students are not alone in facing this problem. Most nations have substantial technical infrastructure challenges, especially in rural regions; thus, the quality of online education may be a severe issue that requires immediate attention (Shahzad et al., 2020).

Psychological Issues

Based on Mental Health Research Canada, it was found that the anxiety level among educators has increased from five to 25 per cent due to the Covid-19 pandemic (Raj, 2021). One factor that drives academics to anxiety is the overwhelming messages and emails from students and administration regardless of time. Regulating the new norm in teaching, technology and other responsibilities at home is not easy. There are times that educators confront rough situations like fear of making mistakes in front of a live streaming class. Although instructors express despair and anger over the current scenario, teaching and learning activities must continue since students are their principal customers (Tajuddin et al., 2021). Additionally, creating lesson plans is no longer effortless, while teaching is more demanding, and the preparation is time-consuming. The internet connectivity is another problem, which requires them to have backup plans, which means more time for arrangement.These accumulated factors cause rising worry, fatigue and distress, urging many to consider resigning and contemplating suicide or self-harm (The Star, 2021).

Owing to the COVID-19 pandemic, Malaysian students experience plenty of emotional predicaments. Some students come from large families and stay in thronged and loud surroundings. They have to share the devices and internet data with other siblings and even prioritise the young ones. The insufficient fund to continue paying for the internet data, especially when students do not have any loan or scholarship, is another causal aspect. In addition, they have to deal with a rapid transformation of study culture that is highly independent and alone. According to Al-Kumaim et al. (2021), all these contribute to high stress and poor mental health. Not only that, online distance learning does not own the common practice that the traditional classrooms offer; physical meetings, direct teacher-student classroom interaction and student-student communication. The competitive learning environment can solely be experienced in an actual learning classroom (Shahzad et al. 2020), leading students to lack motivation and high depression.

In conclusion, there are three main issues educators and students face due to online distance learning during the COVID-19 pandemic, namely psychological problems, assessment and evaluation, and adapting to the new mode of teaching and learning. Teachers can consider sharing teaching materials and discussing suitable approach with fellow academics to cope with these difficulties. Furthermore, both instructors and students must seek help when it comes to psychological issues because only they can notice their mental changes. Also, universities play a huge role in assisting students and staff in coping with anxiety by providing psychological services (Sundarasen et al., 2020). With these, academics and students can be more productive and positive in teaching and learning.

References

Al-Kumaim, N.H., Alhazmi, A.K., Mohammed, F., Gazem, N.A., Shabbir, M.S., Fazea, Y. Exploring the impact of the COVID-19 pandemic on university students' learning life: An integrated conceptual motivational model for sustainable and healthy online learning. Sustainability 2021, 13 (2546). https://doi.org/10.3390/su13052546

Hasan, N., & Bao, Y. (2020). Impact of "e-Learning crack-up" perception on psychological distress among college students during COVID-19 pandemic: A mediating role of "fear of academic year loss". Children and Youth Services Review, 118, 1-9. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105355

Karuppannan, S., & Mohammed, L. A. (2020). Predictive factors associated with online learning during Covid-19 pandemic in Malaysia: A conceptual framework. International Journal of Management and Human Science (IJMHS), 4 (4), 19-29, https://ejournal.lucp.net/index.php/ijmhs/article/view/1236/1300
Look into mental health needs of lecturers. (2021, January 18). The Star. https://www.thestar.com.my/opinion/letters/2021/01/18/look-into-mental-health-needs-of-lecturers

Nasri, N. M., Husnin, H., Mahmud, S. N. D., & Halim, L. (2020). Mitigating the COVID-19 pandemic: a snapshot from Malaysia into the coping strategies for pre-service teachers' education. Journal of Education for Teaching, 46 (4), 546-553 https://doi.org/10.1080/02607476.2020.1802582

Othman, J., Kadar, R., Umar, N., & Ahmad, N. (2020). Covid-19 pandemic effects in teaching and learning methods during movement control order (MCO). Creative and Innovative Teaching Practices During COVID-19 Movement Control Order (MCO),1, 1-13. https://appspenang.uitm.edu.my/buletin%20jskm/2020-2/

Raj, M.R. (2021, March 19). Covid-19: Some Malaysian educators face burnout due to demands of teaching during pandemic. Malay Mail. https://www.malaymail.com/news/life/2021/03/19/covid-19-some-malaysian-educators-face-burnout-due-to-demands-of-teaching-d/1959179

Shahzad, A., Hassan, R., Aremu, A. Y., Hussain, A., & Lodhi, R. N. (2020). Effects of COVID-19 in E-learning on higher education institution students: The group comparison between male and female. Quality & Quantity (2021), 55, 805-826. https://doi.org/10.1007/s11135-020-01028-z

Sheela Sundarasen, S., Chinna, K., Kamaludin, K., Nurunnabi, M., Baloch, G. M., Khoshaim, H. B., Hossain, S. F. A., & Sukayt, A. (2020). Psychological impact of COVID-19 and lockdown among university students in Malaysia: Implications and policy recommendations. Public Health 2020, 17 (17). doi:10.3390/ijerph17176206

Tajuddin, A. J. A., Romly, R., Hamzah, Y. Hussin, W. R. W., & Muda, W. M. W. (2020). Teaching data in a Malaysian university during COVID-19. Advances in Social Science, Education and Humanities Research, 536, 548 -556. https://doi.org/10.2991/assehr.k.210312.088

Wargadinata, W., Maimunah, I., Dewi, E., & Rofiq, Z. (2020). Student's responses on learning in the early COVID-19 pandemic. Tadris: Jurnal Keguruan dan Ilmu Tarbiyah, 5 (1), 141-153. DOI: 10.24042/tadris.v5i1.6153

Wanita Gestational Diabetes Mellitus (GDM) dan Aktiviti Fizikal

NUR HANI SYAZWANI BINTI BAKRI
Fakulti Sains Sukan dan Rekreasi, UiTM Kampus Seremban

Seramai 347 juta orang di seluruh dunia menghidap diabetes. Pada tahun 2012, dianggarkan seramai 1.5 juta orang meninggal dunia kerana Diabetes Mellitus Jenis Dua (T2DM) (WHO, 2016). Diabeletes Mellitus (DM) merupakan sindrom penyakit yang menghalang badan dari menggunakan sumber karbohidrat dengan berkesan sebagai fungsi utama tenaga. Manakala Gestational Diabetes Mellitus (GDM) ditakrif sebagai tiada toleransi karbohidrat pada pengiktirafan pertama semasa kehamilan (ADA, 2004). Wanita yang mempunyai GDM pada kandungan pertama berisiko menghidap GDM sebanyak 41% pada kandungan kedua (Getahun et., 2010). Wanita GDM berisiko menghidap T2DM dalam tempoh 4 bulan selepas bersalin (Schaefaer et. al, 2002), dan 5 hingga 10 tahun selepas bersalin (Henry & Beischer, 1991; O'Sullivan, 1991; Linne et al., 2002; Kim et al.,2002; Traynor, 2006; Bellamy et al., 2009; Hadar & Hod, 14 2009; Centers for disease control and prevention, 2011 & ADA, 2013).

GDM dikenalpasti semasa wanita mengandung membuat ujian OGTT (Oral Glucose Test Tolerance) pada kandungan pertama di antara minggu ke 24 hingga 28 (Griffin et al., 2000). Wanita mengandung mempunyai GDM sekira bacaan ujian OGTT melebihi > 1155mg/dl(9.0mmm0 1/1). Perubahan gaya hidup seperti pengambilan pemakanan seimbang dan penglibatan dalam aktiviti fizikal dapat mencegah prevalen T2DM.

Dahulu, penglibatan aktiviti fizikal semasa mengandung dianggap satu aktiviti yang boleh memberi kesan yang tidak baik kepada ibu dan bayi di dalam kandungan. Seiring dengan modernisasi, kini penglibatan aktivit fizikal semasa mengandung amat digalakkan dengan intensiti sederhana. Dapatan lepas juga mendapati bahawa wanita mengandung boleh melibatkan diri dalam aktiviti fizikal sebanyak tiga kali seminggu selama 40 minit selagi ia tidak memberi kesan yang buruk kepada wanita mengandung dan kandungan.

Antara aktiviti fizikal yang boleh dilakukan oleh wanita mengandung adalah seperti senamrobik, yoga, pilates, latihan pelvis, tarian dan latihan ketahanan sebanyak tiga kali selama 30 minit ke 40 minit seminggu bagi mengurangkan risiko GDM (ACOG, 2002). Wanita GDM digalakkan membuat rawatan susulan dan melibatkan aktiviti fizikal selepas bersalin bagi mengenalpasti kewujudan T2DM.

Umum mengetahui bahawa wanita GDM merupakan golongan yang berisiko tinggi menghidap T2DM. Penglibatan aktiviti fizikal sebelum mengandung dapat mengurangkan risiko mendapat GDM dan T2DM (Dyck et al., 2002; Dempsey et al., 2004; Butler et al., 2004; Oken et al., 2006 & Zhang et al., 2006), manakala aktiviti fizikal semasa mengandung dapat membantu mengawal paras glukosa yang tinggi semasa mengandung dans selepas bersalin (Iqbal et al., 2007; Barros et al., 2010 & Tobias et al., 2011).

Oleh yang demikian, wanita GDM digalakkan melibatkan diri dalam aktiviti fizikal sebelum mengandung dan selepas bersalin bagi mencegah dan melambatkan kewujudan T2DM. Golongan wanita yang mempunyai pengetahuan dalam kesihatan dapat membantu mengurangkan risiko menghidap penyakit risiko tinggi sekaligus meningkatkan kesedaran mengenai perubahan tingkah laku dalam penglibatan aktiviti fizikal membantu meningkatkan tahap kesihatan.

Language and Culture Fair APB Rembau 2021

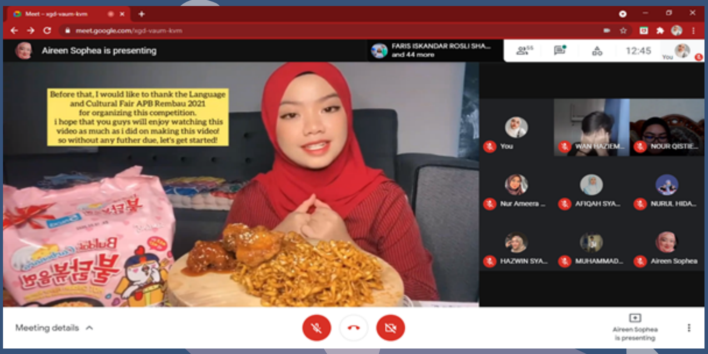
NUR AINI ARIFFIN
Akademi Pengajian Bahasa, UiTM Kampus Rembau

Kaedah pengajaran dan pembelajaran (PdP) di institusi pengajian tinggi (IPT) negara berubah wajah daripada pengajaran tradisional berbentuk kuliah kepada pembelajaran maya. Pendekatan ini diambil bagi mengekang penularan wabak COVID-19 sekali gus memastikan sesi pengajaran dan pembelajaran dapat diteruskan tanpa perlu membuat sebarang penangguhan. Sungguhpun demikian, amalan norma baharu ini ternyata ada cabarannya, antaranya kurang interaksi dan penyertaan pelajar sewaktu kelas berjalan. Oleh itu, Akademi Pengajian Bahasa (APB), UiTM Cawangan Negeri Sembilan, Kampus Rembau telah mengambil inisiatif menganjurkan LANGUAGE AND CULTURE FAIR APB REMBAU 2021 sebagai salah satu wahana bagi merancakkan pembelajaran bahasa secara maya dan menggalakkan penggunaan Bahasa Inggeris dan bahasa ketiga dalam kalangan pelajar.

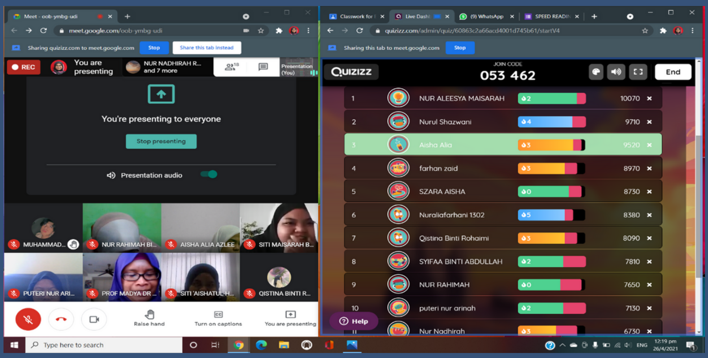
Bertemakan "Bahasa, Membuka Peluang Dalam Masa Mencabar", program yang berlangsung selama empat hari bermula daripada 26 April 2021 sehingga 29 April 2021 ini buat julung-julung kalinya diadakan secara dalam talian. Seramai 132 orang pelajar Diploma dan Ijazah Sarjana Muda telah terlibat menampilkan bakat dalam pertandingan-pertandingan yang dianjurkan.

Pertandingan Bahasa Inggeris telah diadakan pada hari pertama disusuli dengan Bahasa Arab pada hari kedua dan Bahasa Mandarin pada hari ketiga Antara pengisian program ini adalah: Ghombau Mukbang, Speed Reading Contest, Impromptu Speech Competition, Pertandingan Video Pendek Bahasa Arab, Pertandingan Penulisan Hiwār Bahasa Arab, Pertandingan Mandarin Vocabulary Challenge dan Pertandingan Kǎlā OK. Pertandingan-pertandingan ini telah dilaksanakan melalui 2 kaedah iaitu secara langsung dan rakaman video.

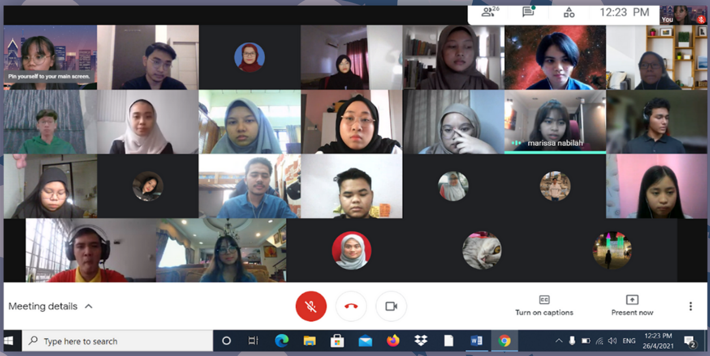
Majlis Penutupan Language and Culture Fair APB Rembau 2021 telah disempurnakan oleh Yang Berusaha, PM Dr. Soo Kum Yoke, Koordinator Akademi Pengajian Bahasa (APB) UiTM Cawangan Negeri Sembilan, Kampus Rembau pada 29 April 2021 jam 12.00 tengah hari menerusi platform Google Meet. Menurut beliau, walaupun berhadapan dengan situasi pandemik COVID-19 dan menjalani mod pembelajaran terbuka dan jarak jauh (ODL), namun para pelajar masih dapat melibatkan diri dalam aktiviti-aktiviti bahasa yang dianjurkan secara dalam talian sekali gus menyarankan agar program seumpama ini terus dijalankan pada masa akan datang bagi membantu mengasahkan lagi kefasihan berkomunikasi serta meningkatkan keyakinan diri para pelajar dalam mempelajari Bahasa Inggeris dan bahasa ketiga secara menyeluruh.



Ghombau Mukbang



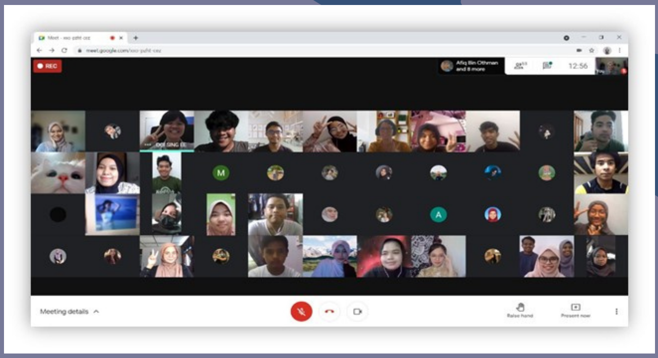
Speed Reading Contest



Impromptu Speech Competition

Pertandingan Video Pendek Bahasa Arab

Pertandingan Penulisan Hiwār Bahasa Arab



Pertandingan Mandarin Vocabulary Challenge

Pertandingan Kālā OK

UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA

Cawangan Negeri Sembilan

Opportunities in The Midst of Uncertainties

FADHIRUL HISHAM AZIZ, FARIHAH HASSAN
Fakulti Sains Pentadbiran dan Pengajian Polisi, UiTM Kampus Seremban

Since pandemic Covid-19 hit Malaysia with the first Movement Control Order (MCO) being announced in March 2020, things have changed globally, including Malaysia. Conventional ways of doing things can be regarded as obsolete, and those who are still practising it might face severe difficulties if the mindset remains the same.

However, there are silver linings seen from the impacts of the pandemic. We can see that there are changes that have been implemented whether in the government, businesses, people, and others. From the government's perspective, specifically the education system, the way of teaching and learning has totally changed. Online learning platforms available are fully utilised to ensure continuity and avoid disruption in a student's learning process. Some of the best online learning platforms including Google Meet and Classroom, Cisco Webex, Microsoft Teams, and others, have given opportunities to lecturers to explore and experiment with new ways of delivering knowledge. The trial and error process, which may be exhaustive, will eventually produce the best outcomes on conveying the information to the students.

Besides, the management of public offices also gets used to new methods of operation, with online-based work such as online meetings becoming the main method to ensure the continuity of operation. Working from home or virtual working are long highlighted and even taught though in certain subjects in tertiary education syllabus. For instance, Organizational Behaviour course is designed to introduce the students to the various behavioral aspects of organization and to apply to the real business world. However, the effectiveness of such methods has just been seen, along with the challenges, advantages, and disadvantages of these methods. One of the benefits of virtual programmes is the cost savings, as the seminar, training, and conference fees are less expensive. Furthermore, employees also have the flexibility to complete their tasks. However, virtual work also can cause fatigue, as employees need to juggle between their office work with tasks at home such as monitoring their children's online learning, and also house chores. The challenges are unprecedented, which provide the opportunity to the employees, especially educators to become even more multitasking, creative, and systematic in order to complete the tasks at hand.

From students' perspectives, the learning process in a new norm provides opportunities for them to become more independent, resilient, resourceful, creative, and most importantly, disciplined throughout their studies. In a way, online learning is similar to conventional classes where students are required to attend classes, do assignments and prepare for the examination. The challenges come with the shift in the method of learning activities, which demands better group coordination in completing the assignments while becoming more creative in order to produce high-quality outputs. These adversities eventually will help in building characters and preparing students for harsh reality in a job market once graduated.

The harsh impact of the Covid-19 pandemic can be clearly seen on businesses, where sustainability has become the main focus nowadays. Although the government has allocated various incentives such as through PENJANA SME Financing, Wage Subsidy Programme, and others, there is no guarantee that the business environment will remain the same as it was before the recession. The shift in spending behaviour forces firms to digitalise their operations as much as possible, with online platforms becoming the main avenue for businesses and individuals to trade. Therefore, the challenges lead businesses to become more creative in order to generate sales, by providing services that cater to the customers' needs in the current situation. At the same time, businesses need to apply the technological element in their services such as online marketing, products database, payment facilities, communication channels, and others to facilitate customers and encourage repeating transactions.

The way Malaysians run their daily lives has also changed. In one aspect, people nowadays become more concerned about matters related to health, for example, by using hand sanitizer and face masks whenever not at home. People also start seeing the importance of a healthy lifestyle, from the food intake, exercise routines, and others as the virus affects the ones with health problems more severely. The threat posed by the pandemic also can increase the awareness of the public on the importance of having medical insurance or "hibah" products offered by insurance companies. Should any accidents have occurred, people can seek faster treatment in private hospitals as currently government hospitals are overwhelmed with Covid-19 cases. With the increasing death cases reported, the breadwinner in a family should take "hibah" as a precautionary measure. This is to ensure that our loved ones will not be further burdened with our demise as cash compensation from "hibah" can be used by them to continue with their lives. With an increase in awareness on the importance of having medical insurance and "hibah", fresh graduates especially, are given the platform to explore and consider careers in the insurance industry. Those who already have a stable career also can have the opportunity to boost their income by becoming part-time insurance agents.

On the other aspects, the pandemic has taught people to be more prudent in their finances. Uncertainties surrounding one's employment, disturbance in the source of income will nurture saving habits in order to face unexpected events. The saving habits, in turn, benefit those who are interested to invest in properties due to the steady prices and low-interest rates. Moreover, people also can take the advantage of the current economy to buy a new car at a cheaper price with the exemption of sales tax for passenger cars. In addition, as seen in the first MCO, an automatic moratorium announced by the government had relieved many families as they can also start saving and paying debts besides accommodating basic necessities. The effects of saving can be seen when people start going on holidays once interstate travel was allowed which eventually heals the emotional stress of a family and at the same time rejuvenates the tourism industry.

With the implementation of MCO 3.0, continuous hardship needs to be faced by everyone. However, it also brings new opportunities to every party whether the government, business, or even individuals. Adjustment to the changes is essential to make every party move and not left behind. Most importantly, it gives everyone a better opportunity to help others, especially those who are in need. As such, the contribution of civil servants through the cuts in their "Imbuhan Tetap Keraian" and "Imbuhan Tetap Khidmat Awam" gives the opportunity for them to contribute to the public and prove their solidarity with the government in fighting the pandemic.

Pemikiran Anti-Kolonialisme Ismail Raji Al-Faruqi

ARIFF AIZUDDIN AZLAN
Fakulti Sains Pentadbiran dan Pengajian Polisi, UiTM Kampus Seremban

Umum mengetahui bahawa kolonialisme merupakan satu sistem sosio-politik yang sekian lamanya mula diterapkan oleh golongan 'atasan' dengan justifikasi untuk menawarkan agenda peradaban yang dilihat sebagai satu simbol penyatuan yang melangkaui konteks keagamaan dan etnisiti. Hasil daripada agenda tersebut, blok penjajah memprojekkan satu imej baru di bawah nomenklatur 'pembangunan' dan proses penerapan nilai mula digerakkan untuk satu jangka masa yang agak panjang. Penjajaran kuasa juga menjadi sinonim dengan kapasiti kolonial yang dilihat seringkali menekankan elemen-elemen yang membawa kepada maksud dominasi sejagat.

Dalam erti kata lain, ia adalah proses pemusatan kuasa yang berselindung di sebalik bayangan peradaban. Keadaan ini menekankan lagi peranan dan ideologi ketuanan kolonial seperti yang pernah dilontarkan oleh seorang penulis Inggeris bernama Rudyard Kipling melalui penulisannya yang berjudul "The White Man's Burden". Walaupun negara-negara moden pada hari ini telah mengecapi kemerdekaan , sama ada melalui proses penentangan yang berdarah atau proses rundingan, namun perdebatan mengenai perwatakan kolonialisme itu tidak pernah luntur di dalam ruang keintelektualan. Para sarjana seringkali melontarkan pandangan yang konstruktif berkenaan dengan permasalahan idea kolonialisme ini.

Esei ringkas ini bertujuan untuk memposisikan idea anti-kolonialisme Ismail Raji al-Faruqi dengan berhujah bahawa pembentukan proses Islamisasi ilmu banyak diterapkan dengan pemahaman anti-kolonialisme yang dilihat sebagai satu halangan utama di dalam karakter dan acuan politik yang melibatkan konsep 'ummah sejagat. Di dalam salah satu magnum opus beliau yang tidak asing dan seringkali menjadi rujukan utama iaitu "Islamisasi Ilmu: Prinsip Umum dan Rangka Kerja", al-Faruqi memberikan satu penekanan yang sangat kritikal terhadap permasalahan yang terhasil dari sudut kolonialisme ini. Secara epistemologinya, beliau berhujah bahawa kuasa kolonial ini secara tidak langsung telah berjaya memecahbelahkan dunia Islam melalui kejuruteraan sosio-politik yang membawa kepada kewujudan pluralisme kenegaraan. Penerapan nilai-nilai kolonialisme ke dalam institusi tempatan ini juga mengakibatkan rantaian khusus di mana terdapat sekelompok aktor yang bersifat antagonis dan dibudayakan mengikut acuan Barat. Implikasi dari rantaian ini berkeupayaan untuk menghasilkan sebuah sistem politik yang berformatkan pendahagaan kuasa dan rentetan dari itu daya penentang akan terbentuk secara semula jadi. Al-Faruqi juga percaya bahawa fenomena kolonialisme ini mempunyai hubung kait yang sangat rapat dengan karakter sosio-ekonomi yang tersendiri.

Ia juga dihujahkan bahawa persaingan yang kompetitif adalah satu objektif yang tidak mungkin akan diketepikan dan ia perlu direncanakan dalam apa jua keadaan dengan maksud yang lebih represif dan berorientasikan metodologi Machiavelli demi untuk kelangsungan gaya hidup yang bebas dari nilai-nilai pekerti. Malah skema kolonialisme ini juga sudah disetarakan dan dinaturalisasikan semenjak sekian lamanya di dalam konteks kehidupan 'ummah. Seperti Immanuel Kant, seorang ahli falsafah Jerman, dilihat senada dengan al-Faruqi, di mana Kant juga adalah seorang pengkritik tegar kolonialisme. Di dalam dua karya beliau yang dikenali ramai iaitu Toward Perpetual Peace dan Metaphysics of Moral, Kant berhujah bahawa penguasa kolonial Eropah secara terang-terangan telah melakukan jenayah melanggar hak asasi manusia.

Walaupun pandangan Kant mengenai kolonialisme itu tidak diperdebatkan secara umum seperti mana yang diperdebatkan oleh Samuel P. Huntington (The Clash of Civilizations) dan John Mearsheimer/ Stephen Walt (The Israel Lobby), namun sarjana seperti Pauline Kleingeld telah berbahas secara menyeluruh berkenaan dengan pemikiran kedua Kant terhadap kolonialisme dan berhujah bahawa kerangka anti-kolonialisme Kant boleh difahami dengan penstrukturan semula pandangan Kant terhadap konsep bangsa. Sehubungan itu, di dalam karya The German Ideology, the Grundrisse, dan Das Capital yang dinukilkan oleh ahli falsafah Jerman iaitu Karl Marx juga tidak ketinggalan untuk menawarkan gambaran inklusif yang kritikal terhadap pengoperasian kolonialisme and kecenderungan hakiki Marx terhadap kolonialisme adalah ungkapan kritikan yang konstruktif di mana sebahagian besar daripada hujah-hujah berikut dijadikan sebagai batu asas kepada pemahaman Marxisme moden.

Ia juga diperdebatkan bahawa terdapat unsur-unsur pembantaian ke atas ruang lingkup keintelektualan di mana berlakunya penyuntikan kesangsian ke dalam keyakinan 'ummah itu. Dalam hal ini, promosi kebudayaan dan peradaban menjadi tunjang asas di dalam kerangka kolonialisme itu sendiri. Sebilangan besar kumpulan kemasyarakatan akan disajikan dengan ketidakselarian penjenamaan baharu yang ternyata sekali adalah amat asing dan pada akhirnya akan menuju ke satu tahap degradasi nilai yang tidak dapat dielakkan. Nilai-nilai sekularisme sering mendapat tempat di kalangan masyarakat sehinggakan ianya diadaptasi dan dijadikan sebagai sumber perundangan yang bertindak menentukan hala tuju kenegaraan dan dengan itu sistem pendidikan mula diberikan perhatian yang kritikal di mana ia adalah persoalan fundamental yang membawa kepada fenomena kelesuan 'ummah. Menurut al-Faruqi, dunia Islam mengalami krisis identiti yang serius terutama sekali di dalam sistem pendidikan dan kegagalan utama mereka untuk bersaing di dalam konteks peradaban adalah apabila diagnosis ke atas fenomena kelesuan itu tidak digerakkan.

Malah pembabitan beberapa ejen luaran dan dalaman juga adalah di antara penyumbang utama yang membawa kepada kegagalan dunia Islam untuk membentuk sebuah identiti keintelektualan yang substantif. Di dalam polemik kolonialisme yang semakin mencabar ini, al-Faruqi berpendapat bahawa punca utama krisis kelesuan itu adalah bermula daripada pemikiran dan metodologi yang sentiasa terdedah dengan projek pembudayaan Barat sehinggakan kesedaran seseorang itu dibentuk mengikut kerangka dan karikatur Barat. Malah pembantaian intelektual juga dilihat ketara dan menghiasi setiap permukaan diskusi. Perihal mengenai kesedaran ini juga dibahaskan secara kritikal oleh Karl Marx di mana beliau menghubungkaitkan kesedaran seseorang itu dengan konsep seperti 'kelas' yang menjelaskan tentang posisi kebangkitan penentang dan kedudukan mereka di dalam sejarah antarabangsa. Kelemahan dunia Islam itu dijadikan sebagai medium untuk ditawan dan seterusnya proses eksploitasi digerakkan ke atas pemikiran dan gaya hidup sehinggakan terhasilnya sistem politik kenegaraan yang bersifat hibrid dan ia merangkumi Islam dan sekularisme.

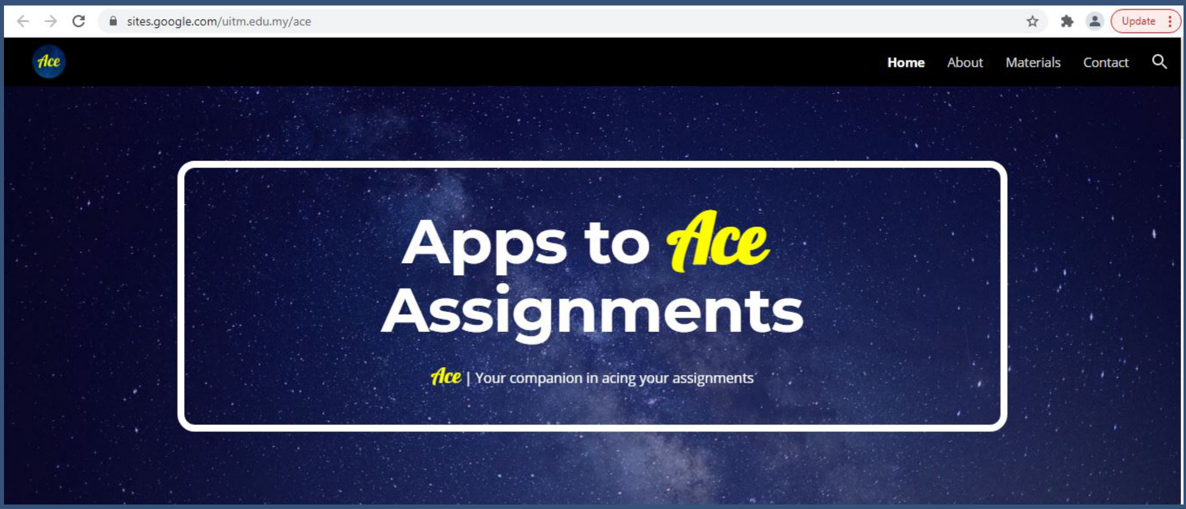
Oleh itu, esei ini menyimpulkan bahawa pemikiran anti-kolonialisme al-Faruqi boleh diterokai dan dinilai melalui karya Islamisasi Ilmu dan hujah yang dimuatkan adalah berorientasikan tafsiran epistemologi. Pandangan sisi beliau mengenai kolonialisme juga diolah mengikut laras bahasa kualitatif yang memberikan penekanan maksimum terhadap implikasi fenomena ketuanan. Akhir kata, hujahan yang sedemikian barangkali boleh dibingkaikan sebagai panduan umum untuk menghadapi perbahasan pasca-kolonialisme pada masa hadapan.

Ace APPS TO ACE ASSIGNMENTS

ALICE SHANTHI, EVELYN SHARMINNIE S VASUTHAVAN, NURUL SYAFAWANI HALIM

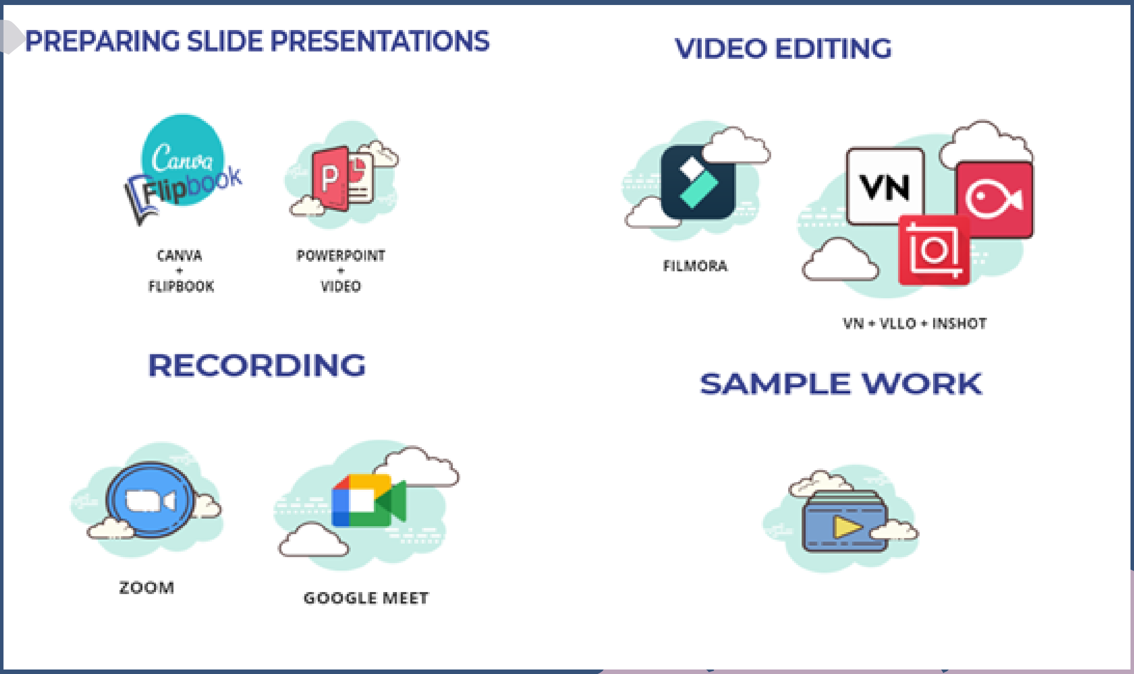
Akademi Pengajian Bahasa, UiTM Kampus Seremban

When the world was first hit by the unprecedented Covid-19 pandemic, the education system was thrown into a disarray. UiTM was also not spared, however, as abruptly as teaching and learning came to a halt, most universities around the world made a swift change to adopt the rather choppy and unchartered waters of fully digitalised Online Direct Learning (ODL). Were the students prepared to learn on a fully digitalised platform? It is not easy to adopt or adapt to online learning in response to a sudden pandemic such as COVID-19 without encountering many problems and challenges. Students face numerous challenges and problems due to the transfer to fully online learning (Al-Kumaim, et.al.,2021). Students were exposed to many new applications and programmes to learn in a fully digitalised platform (Jandric, 2020; Shanthi et.al., 2021). This added stress to the students as they had to familiarise themselves to the different tools used for different subjects (Shanthi, et.al., 2021). To further add to the stress of learning online was the process of completing some assignments which now had to be interactive with video and audio embedded in their presentations. There were evidence pointing out that students were falling behind in their academic performance because they lacked computer literacy skills (Jandric, 2020; Fernando et al., 2020). As an effort to help and guide students who lacked the computer literacy skill needed to complete their English coursework, a group of APB lecturers headed by Dr Alice Shanthi initiated a website called, “ACE: Apps to Ace Assignments”.



ACE is specially put together by a group of educators who saw the struggles students went through when completing English course assignments during Open Distance Learning (ODL). Though most students are familiar with PowerPoint presentations which are the norm during face-to-face classes, they face many challenges while completing assignments online. They face difficulties in producing presentations embedded with videos and audios. For example, students need to learn video editing and prepare interactive slides as part of their presentations, and this is where many students struggled.

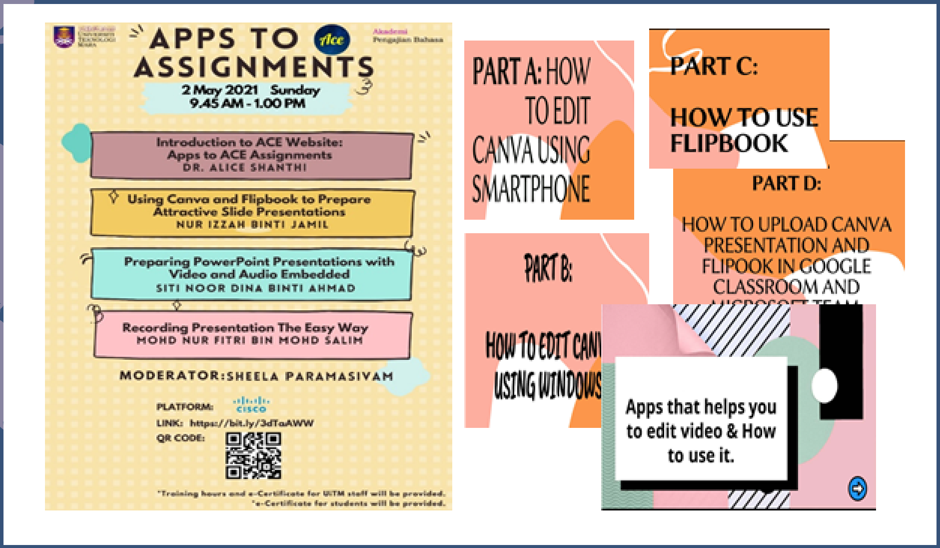
ACE is a compilation of tools that assist students in their learning journey without having technology get in their way. This website contains a variety of different learning materials such as visuals, videos, and a step-by-step guide in helping students to produce quality and interactive presentations using apps such as Canva, Flipbook, Filmora, INshot editing videos as well as PowerPoint. The website is also equipped with notes and videos which make it easier for students to learn, understand and apply the skills needed to produce a good presentation.



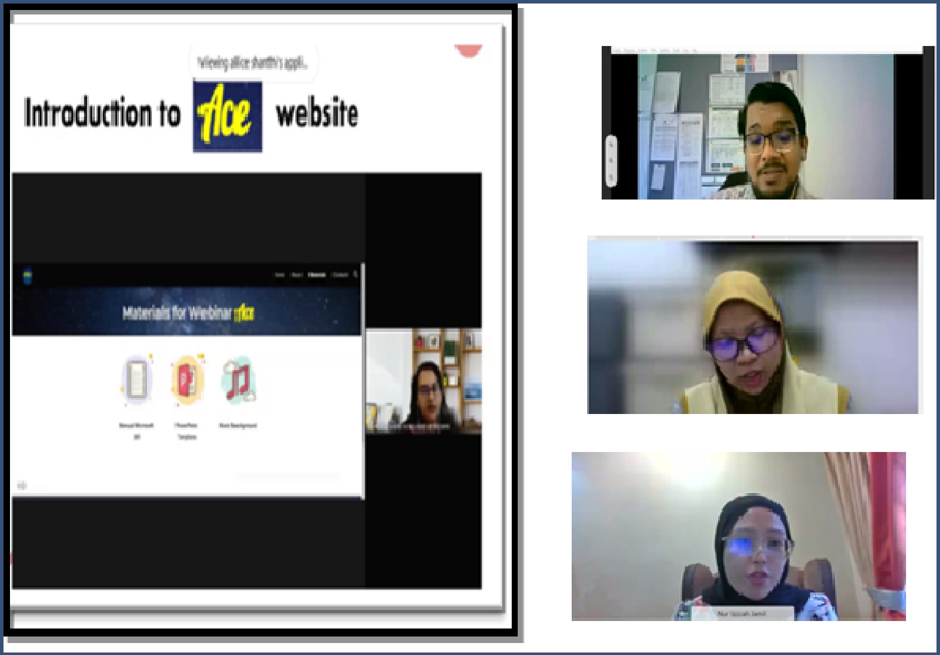
Main features of ACE website

ACE helps to facilitate and guide students to complete their English assignments such as role-plays, forums, group discussions, and oral presentations by using free and readily available online tools and upload their presentation onto the online learning platforms such as Google Classroom, UFuture (institutional Learning Management System) or Microsoft teams. Since ACE can be downloaded into laptops, smartphones and tablets, it makes a student's life easier as it can be accessed using a web browser anywhere, anytime.

ACE website was unveiled to students in Seremban 3 campus on 2nd May, 2021 via Webex and Live Facebook streaming from 9.30am to 1.00pm. The briefing was facilitated by APB lecturers namely Dr. Alice Shanthi (Seremban campus), Mr Mohd Nur Fitri Mohd Salim (Seremban campus), Nur Izzah Binti Jamil (Rembau campus) and Siti Noor Dina Ahmad (Kuala Pilah campus). A total of 222 students and 19 lecturers participated in and benefited from the program. A soft launching of the website was also carried out at the end of the briefing.



Poster for ACE workshop and some content of ACE website



Presenters for the ACE workshop

It is the hope and aspiration of the developers of ACE that the website will improve students' academic progress by keeping them motivated to continue learning in the new norm of ODL. ACE has the potential to keep students focused on their learning, without worrying or allowing their lack of computer literacy skills to hold them back from excelling in their studies.

Reference

Al-Kumaim, N. H., Alhazmi, A. K., Mohammed, F., Gazem, N. A., Shabbir, M. S., & Fazea, Y. (2021). Exploring the Impact of the COVID-19 Pandemic on University Students' Learning Life: An Integrated Conceptual Motivational Model for Sustainable and Healthy Online Learning. Sustainability, 13(5), 2546. https://doi.org/10.3390/su13052546

Fernando, F., Patrizia, G., & Tiziana, G. (2020). Online Learning and Emergency Remote Teaching: Opportunities and Challenges in Emergency Situations. Societies, 10, 1-18. www.mdpi.com/journal/societies

Jandrić P, McLaren P. Critical intellectuals in postdigital times. Policy Futures in Education. October 2020. doi:10.1177/1478210320964372

Shanthi, A., Adnan, A. A., Jamil, N. I., & Rosle, A. N. (in press). ESTEEM Journal of Social Sciences and Humanities, 5(2).

Siri Kolokium Penyelidikan dan Penerbitan Akademi Pengajian Bahasa UiTMCNS Kampus Seremban

NUR HAKIMAH MD SALLEHUDDIN, FATIN ALIYAH HASSAN

Akademi Pengajian Bahasa, UiTM Kampus Seremban

Pada bulan Januari hingga Februari 2021 yang lalu, Akademi Pengajian Bahasa UiTMCNS Kampus Seremban telah menganjurkan Siri Kolokium Penyelidikan dan Penerbitan secara atas talian melalui platform google meet. Terdapat lima siri webinar yang telah diadakan sepanjang kolokium berjalan. Setiap siri yang dianjurkan disampaikan oleh penceramah yang merupakan pensyarah-pensyarah APB UiTMCNS Kampus Seremban yang berpengalaman dalam pengajaran dan pembelajaran serta bidang penyelidikan dan penerbitan. Antara topik yang disentuh dalam siri kolokium ini adalah seperti berikut:

i) Siri 1: "Reference Manager-Mendeley"
Penceramah: Puan Tengku Farah Petri binti Tengku Mahmood

ii) Siri 2: "Systematic Literature Review"
Penceramah: Dr. Wan Zumusni Wan Mustapha

iii) Siri 3: "Quantitative Data Analysis"
Penceramah: Dr. Tuan Sarifah Aini binti Syed Ahmad

iv) Siri 4: "Qualitative Data Analysis"
Penceramah: Dr. Alice Shanthi

v) Siri 5: "Tips in Publishing Books"
Penceramah: Profesor Madya Dr. Angeline Ranjethamoney Vijayarajoo

Program ini merupakan satu inisiatif pihak APB UiTMCNS Kampus Seremban dalam usaha meningkatkan pengetahuan, kemahiran dan kualiti staf akademik UiTMCNS secara amnya dan staf APB khususnya. Tumpuan program ini adalah dalam bidang penulisan, penerbitan serta penyelidikan sejajar dengan pelan perancangan strategik UiTMCNS bagi tahun 2020 - 2025 yang telah dibentangkan.

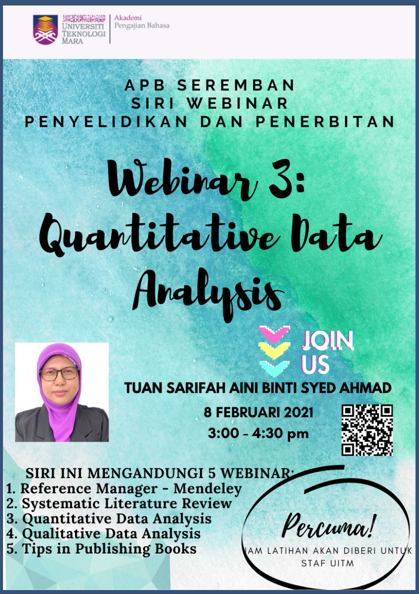
APB UiTMCNS Kampus Seremban sentiasa menyokong hasrat rektor UiTMCNS yang ingin meningkatkan penghasilan penulisan dan penerbitan dalam kalangan staf UiTMCNS sepertimana yang termaktub dalam pelan strategik UiTMCNS. Rentetan itu, objektif utama program ini untuk menjadi satu platform yang menyediakan peluang pembelajaran dan latihan kepada staf UiTM dilihat telah tercapai. Di samping itu, siri kolokium ini juga telah memberi pendedahan kepada staf UiTMCNS khususnya dalam usaha meningkatkan pengetahuan dan kemahiran dalam bidang penulisan dan penyelidikan.

Siri kolokium ini juga, tidak hanya terdiri daripada peserta APB UiTMCNS Kampus Seremban sahaja, malah turut hadir bersama dalam program ini adalah rakan-rakan pensyarah dari pelbagai bidang dan fakulti yang berbeza seperti Fakulti Sains Komputer dan Matematik (FSKM), Fakulti Pengurusan Perniagaan (FPP), Fakulti Sains Pentadbiran dan Pengajian Polisi (FSPPP) dan lain-lain.

Pandemik Covid 19 yang berlaku bermula pada awal tahun 2020 sehingga kini telah membuka peluang dan ruang untuk meneroka pelaksanaan norma baharu dalam kehidupan seharian. Penganjuran siri kolokium secara atas talian memperlihatkan normalisasi baharu dalam dunia akademik telah dapat diadaptasi dalam kalangan staf akademik bagi mendapatkan ilmu pengetahuan serta kemahiran yang bersesuaian. Ini membuktikan bahawa penganjuran program akademik secara norma baharu (atas talian) menjadi satu platform dan medium yang baik dalam berkongsi pengetahuan dan kemahiran di mana jua tanpa mengira jarak dan tempat berada.

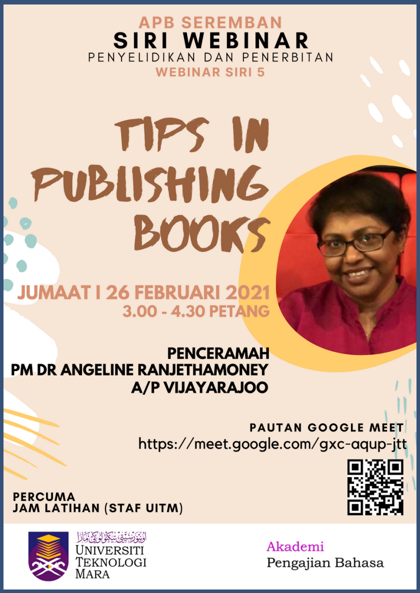
Siri 1: Reference Manager-Mendeley

Siri 2: Systematic Literature Review



Siri 3: Quantitative Data Analysis

Siri 4: Qualitative Data Analysis



Siri 5: Tips in Publishing Books

Program Kit Hari Raya untuk Keluarga Asnaf
anjuran
APB UITMCNS KAMPUS SEREMBAN
dengan kerjasama
PERTUBUHAN KEBAJIKAN AL-TASNEEM
dan
PERSATUAN IBU TUNGGAL ISLAM BANGI

NUR AMIRAH NABIHAH ZAINAL ABIDIN, FATIN ALIYAH HASSAN
Akademi Pengajian Bahasa, UiTM Kampus Seremban

Kehidupan di zaman berlakunya pandemik bukanlah sesuatu yang mudah dijalani oleh masyarakat di Malaysia. Untuk menjalani kehidupan seharian sahaja sukar, apatah lagi jika mahu menyambut perayaan. Oleh yang demikian, Akademi Pengajian Bahasa Kampus Seremban telah mengadakan inisiatif bagi membantu golongan asnaf dan meringankan beban supaya dapat menyambut Hari Raya Aidilfitri. Akademi Pengajian Bahasa Kampus Seremban menganjurkan Program Kit Hari Raya dengan kerjasama Pertubuhan Kebajikan Al-Tasneem serta Persatuan Ibu Tunggal Islam Bangi bagi membantu meringankan beban golongan asnaf untuk menyambut perayaan Hari Raya Aidilfitri bagi tahun 2021. Bantuan yang diberikan berupa makanan beserta wang ringgit. Selain itu, penganjuran program ini juga dilihat dapat memupuk semangat kesukarelawanan dan keprihatinan yang tinggi di kalangan warga UiTM.

Wakil APB Seremban, Puan Tengku Farah memberikan sumbangan

KETUPAT
PEK EKONOMI
NONA
F&N

SOULCA&CO

PPM 028-10-26012021

"Yang terpenting bukan apa yang kita ketahui, tapi apa yang bisa kita pelajari."

-Tanpa nama

TAMAT