

TALKING POINT
BRIG. JEN. DATUK PROF. DR. KAMARUDIN HUSSIN
NAIB CANSELOR
UNIVERSITI MALAYSIA PERLIS
SEMPENA SENAMROBIK DAN PERJUMPAAN MINGGUAN
PADA 14 MEI 2014
DI GELANGGANG SERBAGUNA KAMPUS KUBANG GAJAH

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh dan Salam Satu Malaysia

Salam Ilmu, Keikhlasan, Kecemerlangan UniMAP

SALUTASI

Yang Berbahagia Timbalan-Timbalan Naib Canselor UniMAP

Yang Berusaha Pegawai-Pegawai Utama Universiti

Yang Berusaha Penolong-Penolong Naib Canselor UniMAP,

Dekan-dekan dan Ketua-ketua Jabatan,

Seterusnya staf Universiti Malaysia Perlis yang saya kasihi sekalian.

Selamat Pagi, Good Morning, Kalai Vannakam, Zao Shang Hao, Magandang umaga (Tagalog), ahroonsawad (Bahasa Thai), Saba' Hal 'Khair.

KATA ALU-ALUAN

Hadirin sekalian,

1. Alhamdulillah, syukur ke hadrat Allah swt kerana dengan keizinanNya, dapat kita bersama-sama pada pagi yang berbahagia ini. Terima kasih saya ucapkan buat semua warga UniMAP yang sentiasa memberikan sokongan kepada aktiviti senamrobik ini.

Hadirin sekalian,

TIPS KESIHATAN

Amalkan 10,000 langkah sehari

2. Seperti kebiasaannya, saya akan memulakan ucapan saya pada pagi ini dengan berkongsi Tips Kesihatan. Minggu ini kita akan memperkatakan mengenai Amalan Sepuluh Ribu langkah sehari.
3. Amalan berjalan sangat mudah, murah dan selamat diamalkan. Berjalan Sepuluh Ribu (10,000) langkah secara konsisten setiap hari membakar sehingga tiga ratus lima puluh (350) kalori. Jika kita berjalan Sepuluh Ribu (10,000) langkah setiap hari dalam seminggu akan menurunkan satu perpuluhan lima (1.5) kilogram (kg) berat badan dengan syarat kita makan secara sihat.
4. Oleh itu, amalan berjalan Sepuluh Ribu (10,000) langkah sehari perlu diamalkan untuk menjaga kesihatan badan kerana ianya boleh:-
 1. Mengurangkan risiko penyakit jantung, diabetes, darah tinggi dan osteoporosis.
 2. Mengurangkan risiko barah payu dara, prostat dan usus besar.
 3. Mengurangkan paras kolesterol dan tekanan darah tinggi.
 4. Mengawal berat badan
 5. Mengurangkan stress
 6. Mengekalkan kekuatan otot dan lebih banyak lagi
5. **Untuk makluman warga UniMAP, berjalan satu kilometer [1 km] (dalam seribu dua ratus lima puluh [1250] langkah) bersamaan dengan :**
 - 1. Berenang tanpa henti selama 90 minit**
 - 2. Berbasikal selama 70 minit**
 - 3. Bermain bola sepak selama 90 minit**
6. Pihak Pengurusan tertinggi UniMAP telah melancarkan Kempen Amalan Sepuluh Ribu (10,000) Langkah Setiap Hari dan insyaAllah kita dalam proses untuk menyediakan trek Sepuluh Ribu (10,000) langkah di kampus

Induk Pauh Putra. Warga UniMAP diharapkan dapat mengamalkan Sepuluh Ribu (10,000) langkah sehari untuk menjaga kesihatan diri.

7. Selain itu, kita perlu mencari aktiviti –aktiviti yang menggalakkan tabiat berjalan seperti kerap menggunakan tangga berbanding menggunakan lif, meletakkan kereta di parkir yang jauh dari pejabat dan berjalan di sekitar kampus atau pejabat untuk berurusan dengan rakan kerja yang lain dan sebagainya.
8. **Salah satu aktiviti yang sangat berfaedah adalah aktiviti senamrobik mingguan seperti yang kita laksanakan saban minggu ini. Saya kira, senamrobik yang dilaksanakan ini perlulah dikekalkan sebagai salah satu cara untuk tetap sihat dan cergas. InsyaAllah.**

PROGRAM YANG TELAH BERLANGSUNG

INSENTIF KEPADA ATLET SUKIPT 2014

9. Pada 7 Mei lalu, telah berlangsungnya satu majlis makan malam bagi meraikan 36 atlet yang menyumbangkan pingat emas, perak dan gangsa sekaligus mengharumkan nama UniMAP pada Kejohanan Sukan Institusi Pengajian Tinggi (SUKIPT) 2014 yang berlangsung pada Februari lalu.
10. Walaupun saya tidak dapat hadir pada malam tersebut dan mewakili kepada Timbalan Naib Canselor (Hal Ehwal Pelajar dan Alumni), Prof. Madya Mohd Fo'ad Sakdan, ingin saya memaklumkan bahawa universiti telah membelanjakan lebih sembilan belas ribu (RM19 ribu) sebagai insentif kepada para atlet. Ini adalah dengan harapan bahawa pemberian insentif dapat menyuntik semangat pelajar UniMAP untuk lebih cemerlang bukan sahaja dalam bidang akademik malah dalam bidang sukan.
11. Ingin saya berpesan kepada mereka yang terlibat secara langsung dalam bidang sukan untuk sentiasa menanamkan minat kepada para pelajar untuk mencintai bidang sukan dan memberi sumbangan kepada universiti. SUKIPT atau apa-apa kejohanan sukan adalah platform terbaik bagi atlet universiti

untuk mengukir nama di persada sukan kebangsaan dan antarabangsa. Bagi pihak universiti, kita harus sentiasa memberi sokongan dan tanamkan budaya bersukan dalam diri anak pelajar kita supaya mereka bukan sahaja cemerlang dalam bidang pelajaran malah dalam bidang sukan sekali pun.

12. Untuk makluman dalam SUKIPT 2014, UniMAP meraih tempat keempat keseluruhan. Alhamdulillah, kita meraih 15 pingat emas, enam pingat perak dan lapan pingat gangsa. Kita berjaya meraih pingat menerusi enam acara sukan iaitu olahraga dengan tujuh pingat emas, tiga perak dan lima gangsa; tenis (tiga pingat emas); woodball (tiga pingat emas, tiga perak dan dua gangsa); petanque dan karate do dengan masing-masing satu pingat emas serta lawn ball (satu pingat gangsa).

UniMAP PERLUASKAN RANGKAIAN AKADEMIK DENGAN UNIVERSITI ASIA BARAT

13. Pada hari yang sama, kita telah menyertai Persidangan dan Pameran QS Maple Ke-4 di Abu Dhabi yang dianjurkan oleh Universiti Khalifa dan Majlis Pendidikan Abu Dhabi. Sebanyak 148 institusi dan 300 perwakilan dari 48 negara hadir pada majlis ini. Selain persidangan dan pameran, turut diandakan majlis penyampaian sijil QS Star kepada beberapa universiti. Kita juga telah menerima sijil QS Starnya dengan pencapaian keseluruhan 3 Bintang. Pada persidangan itu, UniMAP diwakili oleh Dekan Pusat Pengajian Alam Sekitar, Dr. Khairul Nizar Ismail dan Dekan Pusat Pengajian Pembuatan, Dr. Khairul Azwan Ismail.
14. Sengaja kita menghantar Dr. Khairul Nizar dan Dr. Khairul Azwan untuk menyertai persidangan kerana saya percaya persidangan itu adalah merupakan platform terbaik untuk UniMAP berinteraksi dan melibatkan diri dengan rakan-rakan daripada institusi pengajian tinggi di seluruh dunia terutama dari Asia Barat. Tambahan pula ini adalah sebahagian daripada persiapan UniMAP sebelum menjadi hos bersama penganjuran Persidangan dan Pameran QS Maple kali ke-7 pada tahun 2017 nanti.

UniMAP LEBARKAN SAYAP KE UZBEKISTAN

15. Pada 9 Mei lalu, kita bersama sembilan lagi Institut Pengajian Tinggi Awam (IPTA) dan Institut Pengajian Tinggi Swasta (IPTS) menyertai Pameran Pendidikan Ke-9 di Uzbekistan yang dirasmikan oleh Tan Sri Muhyiddin Yassin, Timbalan Perdana Menteri merangkap Menteri Pendidikan Malaysia.
16. Pameran yang berlangsung selama tiga hari itu adalah untuk menarik minat pelajar-pelajar dari Uzbekistan untuk melanjutkan penagajian di Malaysia. Berita baik yang ingin saya kongsi adalah UniMAP sendiri menerima maklumbalas dari lebih 100 pelajar yang menyatakan kemahuan untuk menyambung pengajian mereka dalam bidang kejuruteraan, perniagaan dan komunikasi di peringkat sarjana muda sehingga doktor falsafah di UniMAP.

UniMAP UNGGULI ITEX'14

17. Pada tarikh yang sama iaitu, 9 Mei, UniMAP telah muncul juara keseluruhan dengan meraih 55 pingat emas pada Pameran Rekacipta, Inovasi dan Teknologi Antarabangsa (ITEX) 2014 yang diadakan di Pusat Konvensyen Kuala Lumpur (KLCC). Ini sekaligus memadamkan rekod tahun lepas apabila mencatatkan pencapaian 100 peratus pungutan pingat menerusi kesemua 70 produk yang dipertandingkannya apabila turut meraih 14 pingat perak dan satu pingat gangsa. Ini bermakna kesemua produk kita mendapat pingat pada pertandingan ITEX 2014 ini. Alhamdulillah. Berikan tepukan yang gemuruh kepada semua pemenang pingat kita. Tidak lupa juga ucapan tahniah kepada pihak R&D kerana pemilihan produk yang terbaik untuk menyertai ITEX 2014 ini. Semoga pengalaman ini dimanfaatkan untuk pemilihan produk bagi pameran yang lain pula.
18. Selain itu, berikan tepukan yang gemuruh kepada penerima empat anugerah khas dari dalam dan luar negara termasuk anugerah Asian Invention Excellence Award 2014 yang juga merupakan anugerah tertinggi

- keseluruhan ITEX 2014. Anugerah tersebut diberikan kepada Dr. Shahrman Abu Bakar melalui produk An Innovative Cost Effective Hemodynamic Assessment Tool With Real Time Situational Awareness and Critical Lifesaving Intelligence For Medical Specialists.
19. Selain itu, Dr. M. Murugappan melalui produk A Software Prototype Based Emotional Impairments Detection In Neurological Disorders Patients Using Wireless Signals turut dianugerahkan anugerah JIPA dari Jepun. Anugerah khas ketiga dari Prize of Association of Polish Inventors and Rationalizers, Poland, menerusi produk Fire-Shield Paint: A New Technology Approach oleh Dr. Mohd Mustafa Al Bakri Abdullah. Manakala anugerah khas terakhir UniMAP iaitu Anugerah TAITRA dari Taiwan yang diberikan kepada produk Modified Double Weight (MDW)Code For Automotive Industry Based on FPGA Platform yang dihasilkan Prof. Dr. Syed Alwee Aljunid Syed Junid.
 20. Hasil kemenangan keseluruhan pada ITEX 2014 melayakkan UniMAP untuk turut menerima Anugerah Patron buat kali ketiga selepas meraihnya buat pertama kali pada tahun 2011, 2013 dan terkini pada 2014. Tahniah diucapkan.
 21. Tidak dilupakan, dalam Pameran Pereka Cipta Muda Asia (AYIE) 2014 yang turut diadakan bersama ITEX, Penyelidik Muda UniMAP turut memperolehi kemenangan 100 peratus dari 14 produk yang dipertandingkan dengan kutipan 10 emas, tiga perak dan satu gangsa. Berikan tepukan kepada semua yang terlibat. Semoga kita dapat meningkatkan lagi kecemerlangan kita dalam bidang penyelidikan. InsyaAllah.

LAWATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

22. Semalam walaupun cuti umum Wesak, kita telah menerima kunjungan delegasi dari Universitas Muhammadiyah yang merupakan kunjungan balas dan pengukuh ikatan antara kedua-dua Universiti. Ini menunjukkan

bahawa komitmen kedua-dua buah universiti untuk menjalinkan hubungan dan kerjasama adalah serius.

23. Kunjungan mereka merupakan susulan kunjungan saya sendiri bersama delegasi UniMAP ke Universitas Muhammadiyah minggu lalu bersempena penganjuran Seminar Pendidikan Melayu Antarabangsa Ke-3 di Surabaya. Alhamdulillah, hasil kunjungan dan pertemuan di Surabaya, UniMAP dan Universitas Muhammadiyah telah memeterai satu LOI (Letter of Intent) pada majlis Santapan Malam yang disaksikan sendiri oleh Canselor UniMAP yang amat kami kasihi, DYTU Tuanku Syed Faizuddin Putra Jamalullail.
24. Untuk itu, semalam bertempat di Auditorium Perpustakaan Tuanku Syed Faizuddin Putra Kampus Pauh Putra kerjasama strategik kedua-dua universiti diperkukuhkan lagi dengan memorandum persefahaman (MoU) dan saya mengharapkan, jalinan hubungan yang terjalin antara UniMAP dan Universitas Muhammadiyah akan terus mekar dan mampu menyumbang kepada perkembangan pendidikan dan memberi manfaat dari segi peningkatan ilmu pengetahuan kedua-dua negara.
25. Jika kita dilihat, di usia 12 tahun ini, UniMAP sebenarnya mempunyai pengaruh yang tersendiri. Saya katakan ini kerana melihatkan jumlah kerjasama yang kita jalinkan dengan pelbagai agensi sama ada awam atau swasta, university dalam dan luar Negara. Ini menunjukkan bahawa mereka yakin dengan kepakaran yang ada di UniMAP. Jika tidak, mana mungkin kerjasama ini terjadi. Oleh itu, saya ingin menyeru kepada semua warga UniMAP untuk terus bekerja keras demi memartabatkan UniMAP setanding dan bergerak seiring dengan universiti senior yang lain dalam dan luar negara. InsyaAllah.

Hadirin sekalian

KUASA CAKAP!

26. Pasti ada yang bertanya kepada perlunya saya berucap setiap kali senamrobik diadakan. Bukankah molek sekiranya kita bersurai sejeurus habisnya senamrobik. Saya memilih untuk bercakap kepada warga UniMAP bagi membantu diri saya dan warga UniMAP untuk membentuk pengislahan diri yang pantas dan mantap.
27. Setiap yang kita cakapkan setiap hari mempunyai kuasanya yang tersendiri apabila percakapan itu akan disimpan dalam minda separa sedar kita iaitu subconscious mind. Setiap kali bercakap, majority yang saya sampaikan adalah perkara terhebat yang berlaku di UniMAP. Kejayaan dan kecemerlangan UniMAP. Hal ini kerana saya ingin semua warga UniMAP untuk mencintai dan berusaha menjadikan UniMAP yang terbaik.
28. Dalam satu majalah yang saya sempat baca baru-baru ini, terdapat 6 bentuk percakapan yang diperolehi daripada Al-Quran iaitu:-

KATEGORI	MAKSUD	HURAIAN	SUMBER
Qaulan Ma'rufa	Percakapan yang baik	Merujuk kepada cara mengungkapkan kata dengan baik, sesuai dengan suasana dan bermanfaat	Al-Baqarah 2: 235 Al-Nisa' 4: 5
Qaulan Sadida	Percakapan yang benar	Percakapan yang benar. Menurut Ikrimah, qaulan	Al-Nisa' 4: 9 Al-Ahzab 33: 70

		sadida tertinggi ialah kalimah 'Lailahailallah'	
Qaulan Baligha	Percakapan yang berkesan	Percakapan yang boleh menyentuh jiwa seseorang dan memberi kesan kepada hati	Al-Nisa' 4: 63
Qaulan Karima	Percakapan yang mulia	Cara mengucapkannya serta kandungan ucapannya dapat menimbulkan rasa dihargai, dihormati serta dimuliakan	Al-Isra' 17: 23
Qaulan Maisura	Percakapan yang menyenangkan	Mampu menukarkan suasana yang negative kepada yang positif seperti mengubah hati yang gudar menjadi tenang	Al-Isra' 17: 28
Qaulan Laiyina	Percakapan yang lembut	Berapa banyak fakta yang betul,	Taha 20: 24

		mesej yang benar atau penting tidak diterima dek penyampaiannya yang kasar	
--	--	--	--

Sumber : Majalah Solusi (isu 67)

29. Oleh itu, sentiasalah mengaplikasikan enam bentuk percakapan ini. Ianya akan membantu kita menjadi insan yang terbaik bukan sahaja kepada diri sendiri, malah keluarga, bangsa dan Negara serta tidak ketinggalan kepada UniMAP. Seandainya terlintas perkara yang negatif, simpan sahaja dalam hati. Lontarkanlah ayat-ayat yang baik. InsyaAllah ayat yang baik itu akan melembutkan hati dan membentuk pemikiran yang positif kelak.

Hadirin sekalian

PENUTUP

30. Rasanya tidak perlu untuk saya berucap dengan lebih panjang lagi, saya ingin menyeru kepada semua warga UniMAP untuk menggandakan lagi usaha bagi menghasilkan lebih banyak pencapaian di peringkat kebangsaan dan antarabangsa. Marilah kita bersama-sama bergerak seiring dengan kemajuan UniMAP dan negeri Perlis khasnya. InsyaAllah.

Sekian. Wabillahi Taufik Walhidayah Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.