

Kandungan

Perutusan Penaung	1
Kata Aluan Pengerusi	2
Carta Organisasi Jawatankuasa AKRAB 2013/2014	3
Info Akrab :	
• Kaunseling Dalam Organisasi	4
Berita AKRAB	
• Majlis Pelancaran Akrab Jabatan Pertanian 2013	6
• Program Pengupayaan Kendiri Untuk Warga Berpotensi Jabatan Pertanian Tahun 2013	7
• Lawatan CSR	
1. Rumah Amal Buah Hatiku	8
2. Ziarah Pengarah Pertanian Negeri Negeri Sembilan	9
• Program Peningkatan Kemahiran Kaunseling (PPKK Tahap 1 & 2)	10
• Kutipan Tabung Rakyat Syria	12
Artikel :	
• Wajah yang Menyenangkan	13
• Bersediakan kita untuk berubah?	15
• 19 Faedah Kerja Berpasukan	17
• MOTIVASI DIRI	18
• Tip Untuk Menjadi Ibu Bapa Cemerlang	19
Senarai Ahli AKRAB Jabatan Pertanian 2014	21

Sidang Ridaksi

Penaung	:	Dato' Mustafa Kamal b. Baharuddin
Penasihat	:	En. Baharum b. Sallehuddin
Ketua Editor	:	Puan Aishah bt. Jafar
Editor	:	Puan Fatimah bt. Mohd. Nasir
	:	Puan Juliana bt. Megat
	:	Encik Fazlisyam b. Md. Isa
	:	Puan Rohaizah bt. Mohamed Nasir
	:	Encik Ngadiran b. Nasir



PERUTUSAN PENAUNG



Dato' Mustafa Kamal Baharuddin
Penaung Jawatankuasa AKRAB
Jabatan Pertanian Malaysia

Assalamualaikum WBT dan Salam 1 Malaysia.

Alhamsudillah, syukur ke hadrat Allah S.W.T kerana dengan limpah rahmat, keizinan dengan perkenanNya, Buletin Akrab tahun 2014 berjaya diterbitkan. Terlebih dahulu, saya ucapan syabas dan tahniah kepada ahli Jawatankuasa AKRAB di atas segala kerjasama dalam menyusun, menyunting dan seterusnya menerbitkan Buletin AKRAB ini.

Pembudayaan ilmu seperti ini penting bagi merealisasikan Budaya Kerja Kelas Pertama di kalangan penjawat Awam khususnya kakitangan Jabatan Pertanian.

Sebagai Warga Jabatan Pertanian, seharusnya kita sentiasa dapat meningkatkan kecekapan dan produktiviti kerja agar tidak berada di takok lama. Oleh itu, perubahan dalam diri penting bagi mencapai matlamat yang diingini dalam kehidupan terutamanya dalam bidang kerjaya. Perubahan memerlukan perancangan yang sistematis dan persediaan awal perlu diberi keutamaan. Perubahan yang dibuat haruslah sesuatu yang berada dalam kawalan

individu berkenaan. Ini kerana ada antara mereka yang tidak dapat menerima perubahan itu sehingga menimbulkan pelbagai masalah.

Sebagai Penaung jawatankuasa ini, saya percaya segala perancangan mahupun perubahan ini dapat direalisasikan jika AKRAB turut bersama-sama menjadi jentera penggerak yang turut sama memainkan peranan penting itu.

Akhir sekali, ribuan terima kasih juga kepada En. Baharum Salehuddin yang bertindak sebagai Penasihat Jawatankuasa AKRAB kerana telah bertungkus lumus memastikan segala urusan dan aktiviti dapat diuruskan dengan baik.

Semoga tanggungjawab yang diberikan ini dapat dilaksanakan sebaik mungkin. Insya-Allah kita akan mendapat manfaat yang besar daripadanya.

Sekian Terima Kasih

KATA ALUAN PENGERUSI



Pn Fatimah Mohd Nasir
Pengerusi
Jawatankuasa AKRAB
Jabatan Pertanian Putrajaya

Assalamualaikum w.b.t, salam sejahtera dan salam 1 Malaysia

Terlebih dahulu saya ingin memanjatkan syukur ke hadrat ilahi kerana dengan limpah Kurnianya Jawatankuasa Penerbitan dan Publisiti AKRAB berjaya menerbitkan Buletin AKRAB tahun 2014 ini.

Buletin dan berita yang dimuatkan dalam buletin pada kali ini adalah program di sepanjang 2013 dan awal 2014. Program dan aktiviti yang dimuatkan dalam buletin telah dirancang dan berjaya dilaksanakan dengan baik.

Saya melihat tahun 2014 merupakan tahun di mana AKRAB telah mengorak langkah kehadapan dengan mengatur pelbagai aktiviti atau elemen berkaitan psikologi dan kaunseling kepada Warga Jabatan. Segala yang dirancang sememangnya memerlukan komitmen yang tinggi dari Jawatankuasa AKRAB. Namun, yang paling penting individu tersebut samada ingin membuat perubahan menjadi lebih positif atau kekal di tahap lama.

Diharapkan Buletin ini akan terus menjadi wadah dalam pembudayaan ilmu dengan memaparkan berita-berita, artikel dan aktiviti-aktiviti yang telah berjaya dilaksanakan. Sedikit sebanyak sumbangan

AKRAB dapat membantu pihak pengurusan dalam membimbing warga Jabatan ke arah mencapai Budaya Kerja Kelas Pertama di Jabatan Pertanian.

Terima Kasih diucapkan kepada semua ahli jawatankuasa dan juga kakitangan Jabatan Pertanian yang secara langsung atau tidak langsung dalam penerbitan buletin ini. Tidak lupa juga kepada penulis yang telah menyumbangkan artikel berkongsi pengalaman serta menulis berita-berita untuk dimuatkan dalam buletin ini.

Akhir kata, diharapkan penerbitan Buletin AKRAB terus menjadi kesinambungan bagi penyampaian maklumat dan perkongsian ilmu serta usaha-usaha yang telah dilakukan AKRAB.

Sekian Terima Kasih

CARTA ORGANISASI JAWATANKUASA INDUK AKRAB

SESI 2013/2014 JABATAN PERTANIAN



Kaunseling Dalam Organisasi

Oleh: Aishah Jafar

Manakala nasihat ialah pengajaran dan tunjuk ajar untuk peringatan, diberikan oleh sesiapa sahaja, terdapat elemen tunjuk ajar, cadangan dan cara bagaimana melaksanakannya, memasukkan elemen nilainya dan tiada elemen potensi diri.

Kaunseling merupakan perkhidmatan memberi pertolongan dan bukannya memberi arahan atau membuat pilihan atau membuat keputusan untuk individu tentang apa yang harus mereka lakukan. Ia juga bukan bertujuan mempengaruhi individu supaya menurut / mengikut sesuatu idealisme, fahaman atau sudut pandangan pegawai yang

Kaunseling adalah satu proses perhubungan menolong secara profesional berdasarkan prinsip-prinsip psikologi yang dilaksanakan oleh kaunselor untuk membantu klien meneroka, menganalisis, memahami diri dan mampu membuat keputusan sendiri mengikut Kod Etika kaunselor

(Peraturan-peraturan – Kelakuan dan Tatatertib 1999 dan Akta Kaunselor 1998).

memberi perkhidmatan kaunseling. Perkhidmatan kaunseling mengiktiraf wujudnya perbezaan individu dan mengambil kira kewajipan serta tanggungjawab individu dalam mencapai matlamat kaunseling.

Perkhidmatan kaunseling juga bukan untuk mengambil alih tanggungjawab seseorang individu dalam menyelesaikan masalahnya malah ia merupakan proses kerjasama erat antara kaunselor dengan klien dan seluruh potensi yang ada disekelilingnya (organisasi dan masyarakat). Secara umumnya matlamat perkhidmatan kaunseling adalah seperti berikut:



Ahli Psikologi percaya bahawa setiap individu berhak memberi makna kepada dirinya dan menentukan matlamat hidupnya. proses memberi makna dan menetapkan matlamat inilah yang menyebabkan manusia itu unik dan berbeza antara seseorang individu dengan individu yang lain. Psikologi juga menerima hakikat bahawa hidup ini penuh dengan cabaran dan manusia bertanggungjawab terhadap arah kehidupan masing-masing. Keadaan ini menyebabkan perkhidmatan kaunseling itu menjadi satu keperluan kepada setiap individu yang ingin lebih berjaya dalam hidup dan bahagia.

Dipetik dari Buletin ACRB Jabatan Bomba Edisi 1 – Julai 2013.



Rakan AKRAB bersama Dato' Ahmad Zakaria b Mohamad Sidek, Timbalan Ketua Pengarah Pertanian (O)

Berita AKRAB

MAJLIS PELANCARAN AKRAB JABATAN PERTANIAN 2013

19 Mac 2013, Putrajaya - Majlis Pelancaran AKRAB Jabatan Pertanian merupakan satu majlis yang julung-julung kali diadakan bagi memberikan pendedahan kepada warga Jabatan Pertanian akan peranan dan fungsi AKRAB sebagai Rakan Pembimbing Perkhidmatan Awam selain memperkenalkan Rakan AKRAB Jabatan Pertanian kepada semua pegawai dan kakitangan Jabatan Pertanian. Majlis perasmian ini telah disempurnakan oleh Y. Bhg. Dato' Ahmad Zakaria bin Mohamad Sidek, Timbalan Ketua Pengarah Pertanian Operasi. Pada majlis ini juga diadakan Pelancaran Buletin AKRAB Jabatan Pertanian Bil 1/2013.

Seramai 200 orang yang terdiri daripada Pengarah-Pengarah Pertanian Negeri, Pengarah-Pengarah Bahagian, Pusat-Pusat Latihan dan Institut Pertanian serta warga Jabatan Pertanian telah menghadiri Majlis Pelancaran AKRAB Jabatan Pertanian 2013.

PENYAMPAIAN SIJIL PENGHARGAAN KEPADA RAKAN AKRAB JABATAN PERTANIAN

21 orang rakan AKRAB Jabatan Pertanian telah dianugerahkan sijil penghargaan sebagai Rakan AKRAB Jabatan Pertanian. Semenjak majlis pentaulahan AKRAB dilaksanakan oleh Jabatan Perkhidmatan Awam pada tahun 2005, sehingga kini seramai 39 orang pegawai Jabatan Pertanian telah ditauliahkan sebagai Rakan Pembimbing Perkhidmatan Awam. (Terbaru adalah seramai 18 orang ahli AKRAB Jabatan Pertanian telah ditauliahkan oleh Jabatan Perkhidmatan Awam pada 14 November 2013)

SESI CERAMAH CERAMAH 1

Ceramah 1 yang berkonsepkan perkongsian ilmu ini telah dimulakan dengan Pembentangan Kertas Kerja yang disampaikan oleh En. Sadli bin Osman, Kaunselor dari JPA. Ceramah yang bertajuk Hala tuju AKRAB di Malaysia telah memberi sedikit sebanyak pengertian mengenai Konsep AKRAB khususnya kepada warga Jabatan Pertanian yang baru pertama kali mengenali AKRAB. Tema AKRAB BERKHIDMAT MEMBIMBING selari dengan hasrat kerajaan untuk memperkasakan pegawai perkhidmatan awam terutamanya dalam aspek pembangunan jati diri. Untuk melahirkan penjawat awam yang berprestasi tinggi, ia memerlukan komitmen dan kerjasama dari pelbagai pihak. Ia bertepatan dengan spirit Rakan Pembimbing Perkhidmatan Awam sendiri iaitu membina modal insan berkualiti melalui konsep bantu-membantu dengan berteraskan semangat setia kawan.



Perkongsian Pengalaman Bersama Tn. Hj Anuar Musardar Bin Yusoff (KADA): Tokoh AKRAB BESTARI 2013

SESI CERAMAH CERAMAH 2

Ceramah 2 (Sesi Anjung Psikologi) merupakan perkongsian pengalaman bersama Tokoh AKRAB BESTARI 2012 iaitu Tuan Hj Anuar Musardar Bin Yusoff. Beliau yang bertugas di Lembaga Kemajuan Pertanian Kemubu (KADA), Kota Bharu Kelantan yang telah memberikan komitmen yang tinggi terhadap pelaksanaan AKRAB. Tokoh ini telah berkongsi pengalaman pahit manis seorang Rakan AKRAB di dalam membantu memberi motivasi kepada rakan-rakan sekerja. Perkongsian ilmu yang telah diselitkan dengan nilai-nilai keagamaan secara tidak langsung telah membuka minda warga Jabatan khususnya kepada Rakan AKRAB agar menjadi seorang yang lebih ikhlas dalam memberikan sumbangan tanpa mengharapkan balasan. Sekalung tahniah diucapkan kepada Tuan Hj Anuar Musardar b Yusoff.



Ceramah yang disampaikan oleh Encik Sadli bin Osman, Kaunselor JPA

Program Pengupayaan Kendiri Untuk Warga Berpotensi Jabatan Pertanian Tahun 2013



6 Mac 2013, Selangor- Program Pendayaupayaan Kendiri Untuk Warga Berpotensi Jabatan Pertanian Tahun 2013 telah diadakan dengan jayanya pada 6 hingga 8 Mac 2013 di Pusat Perkhidmatan Teknikal, Ibu Pejabat MARDI, Serdang Selangor. Program ini telah dihadiri seramai 25 orang yang terdiri dari kumpulan sokongan dari Bahagian-Bahagian dan Negeri-Negeri.

Program ini dilaksanakan oleh Jawatankuasa Pengelola, Unit Pembangunan Kerjaya, Seksyen Kemajuan Kerjaya, Bahagian Pembangunan Sumber Manusia, yang dibantu oleh Unit Pengurusan Psikologi MOA, Jabatan Perdana Menteri, Kementerian Sumber Manusia dan Perbadanan Putrajaya serta 7 orang ahli AKRAB Jabatan Pertanian.



Program Pendayaupayaan Kendiri ini merupakan satu program yang memberikan perkhidmatan Psikologi dan Kaunseling kepada semua warga kerja, Jabatan Pertanian yang terpilih. Program yang berlangsung selama 3 hari ini mengandungi pengisian Modul-modul yang berunsurkan khidmat psikologi & kaunseling secara langsung atau tidak langsung.

Secara umumnya, program ini lebih memberi fokus kepada peningkatan personal dan interpersonal agar organisasi cemerlang dapat dibentuk hasil daripada keperibadian unggul anggotanya. Selain itu, program ini juga dapat menjadi satu forum perkongsian ilmu psikologi kepada warga Jabatan agar mengenali personaliti diri, melihat kekuatan dan kekurangan diri, mencari alternatif penyelesaian yang betul, serta membina hubungan baik dengan persekitaran kerja. Di harapkan dengan pengisian kemahiran ini dapat melahirkan penjawat awam yang bermotivasi tinggi serta mampu mengubah diri ke arah yang lebih positif.

PROGRAM CORPORATE SOCIAL RESPONSIBILITY (CSR)

LAWATAN KE RUMAH AMAL BUAH HATIKU (RABH)

5 April 2013, Bandar Baru Bangi – Seramai 16 orang Rakan AKRAB Jabatan Pertanian diketuai Pengurus AKRAB DOA telah berkunjung ke Rumah Amal Buah Hatiku. Rumah Amal Buah Hatiku telah dibuka pada 21/12/2011 beralamat di 22 Jalan 7/3C Seksyen 7, Bandar Baru Bangi Selangor Darul Ehsan (dibawah naungan Persatuan Kebajikan Islam Peribadi Mulia) yang diuruskan oleh Pn. Nor Asiah binti Mohd Hannan.



Rumah Amal ini menempatkan 20 orang di kalangan anak yatim, fakir miskin dan anak-anak yang dihantar khas oleh orang tuanya untuk mendapatkan didikan agama. Mereka tinggal di asrama, mendapat khidmat jagaan, asuhan dan pendidikan secara harian dengan percuma atau yuran mengikut kemampuan ibu bapa masing-masing.

Kunjungan ini merupakan program Corporate Social Responsibility (CSR) yang bertujuan memberi pendedahan kepada rakan AKRAB tentang kemahiran berkomunikasi bersama golongan yang kurang bernasib baik selain memupuk nilai empathy dan sikap prihatin di kalangan rakan AKRAB dan juga masyarakat.

Di samping beramah mesra dengan pengurusan dan penghuni Rumah Amal, aktiviti gotong royong membersihkan dan menyusun atur peralatan rumah dilakukan. Rakan AKRAB juga memberikan motivasi serta sumbangan berupa wang tunai, makanan (beras, makanan ringan dan susu), pakaian kanak-kanak, permainan dan buku-buku. Sumbangan yang diberikan adalah hasil sumbangan warga Jabatan Pertanian yang diusahakan oleh rakan AKRAB sebelum program kunjungan ini dijalankan.

Diharapkan program seperti ini dapat diteruskan lagi di masa akan datang dengan penglibatan lebih ramai warga Jabatan Pertanian khususnya ahli AKRAB. Semoga program yang telah dijalankan mendapat barakah dan rahmat Allah, Insya-Allah.

ZIARAH PENGARAH PERTANIAN NEGERI SEMBILAN



19 Disember 2013, Putrajaya : Kunjungan ziarah Pengarah Pertanian Negeri Sembilan yang disertai 6 orang rakan AKRAB dibuat di kediaman beliau di Pinggiran Putra kerana En. Adam Ali diserang penyakit minor stroke sejak 11 November 2013 yang lalu. Semasa kunjungan tersebut beliau menceritakan perihal keperluan menjaga tabiat makan dan keperluan menjaga kesihatan secara teratur dan berkala. Sentiasa memantau status tekanan darah, kandungan kolesterol dan kandungan gula dalam badan. Jika tidak dipantau ia akan memudaharatkan kesihatan dan ia mampu menyebabkan seseorang mendapat serangan jantung atau serangan angin ahmar pada bila-bila masa.

Kunjungan tersebut secara tidak langsung memberikan sedikit kegembiraan kepada beliau kerana secara psikologi pesakit mendapat sedikit kelegaan apabila menceritakan kesukaran yang dialaminya. Beliau sangat rindu akan kerja-kerja sehariannya di pejabat, namun beliau berfikiran positif dengan menyatakan bahawa kesempatan tersebut diberikan Allah untuk beliau berehat buat sementara waktu di rumahnya kerana sejak akhir-akhir ini, beliau tidak sempat berehat berikutan tugas yang banyak. Beliau telah banyak berusaha untuk mendapatkan rawatan dan ubat yang sesuai. Dan keadaan beliau beransur sembuh dan dalam proses pemulihan.



{ Berat mata memandang, berat lagi bahu memikul }

18 RAKAN AKRAB BERJAYA MENYERTAI PROGRAM PENINGKATAN KEMAHIRAN KAUNSELING (PPKK)

Program Peningkatan Kemahiran Kaunseling (PPKK) merupakan satu-satunya program yang bertujuan untuk melatih ahli-ahli Pembimbing Rakan Sekerja (AKRAB) yang baru bagi membantu Pegawai Psikologi dalam menyampaikan perkhidmatan psikologi dan kaunseling kepada kakitangan Jabatan Pertanian di seluruh Malaysia yang memerlukan nasihat dan bimbingan. Terdapat 2 (dua) siri program yang wajib dihadiri iaitu Kursus PPPK Tahap I dan PPPK Tahap II sebelum dianugerahkan sijil Rakan AKRAB.

Bahagian Pembangunan Sumber Manusia, Jabatan Pertanian selaku penyelaras AKRAB Jabatan Pertanian telah menganjurkan Kursus (PPKK) Tahap I dengan kerjasama JPA pada 22 hingga 25 April 2013 untuk 20 orang pegawai DoA di Institut Latihan Pembangunan Pertanian, Serdang, Selangor. Program PPPK Tahap II kemudiannya telah berjaya diadakan pada 1 hingga 4 Julai 2013 di Hotel Seri Malaysia, Bagan Lalang, Sepang, Selangor dengan penyertaan 18 orang pegawai yang telah menyertai kursus PPPK tahap I.

Tenaga pengajar yang terlibat adalah penceramah jemputan daripada Kaunselor Perbadanan Putrajaya, Kaunselor Jabatan Perkhidmatan Awam (JPA) dan Kaunselor Kementerian Pertanian & Industri Asas Tani.

Modul-modul yang telah diatur bagi pengisian Kursus PPPK Tahap I ini mengandungi elemen Personaliti dan Tingkah Laku Manusia, Kaunseling dalam Perkhidmatan Awam, Kemahiran Asas Menolong, Mendiagnosis Masalah Dalam Kaunseling dan Mendiagnosis Masalah Dalam Kaunseling. Bagi Kursus PPPK Tahap II, peserta ditekankan dengan sesi Perkongsian Kes, Pengurusan Minda Sihat, Kesihatan Mental, Pengurusan Bakat & Kerjaya serta Konsep & Pelaksanaan AKRAB.

Ahli AKRAB yang baru diharapkan dapat membantu dalam menyampaikan perkhidmatan psikologi dan kaunseling kepada kakitangan Jabatan Pertanian yang memerlukan di seluruh Malaysia.



Sekitar Program Peningkatan Kemahiran Kaunseling Tahap 1 & 2



KUTIPAN TABUNG RAKYAT SYRIA

Dunia telah sedia maklum dengan kemelut yang dialami oleh negara-negara bergolak seperti Syria, Palestin, Selatan Thailand dan negara-negara lain. Di atas keperhatinan tersebut, pihak Jabatan Pertanian turut sama-sama menyediakan tabung kutipan rakyat negara yang terlibat bagi membantu mengurangkan kesengsaraan serta beban mangsa-mangsa yang tertindas.

Terdapat beberapa Pertubuhan Bukan Kerajaan (NGO) yang menjalankan aktiviti amal dan kebajikan seiring dengan jalan dakwah. Antaranya adalah Muslim Care, sebuah NGO Islam, penubuhan bermula diatas rasa tanggungjawab sebagai umat Islam untuk membantu mangsa gempa bumi di Iran dan Turki beberapa tahun yang lalu. Pada waktu itu sumbangan derma orang ramai yang terkumpul dilakukan dengan cara yang tidak tersusun. Justeru itu, apabila tragedi Tsunami melanda umat Islam Aceh dan Meulaboh serta beberapa negara lain, Muslim Care Malaysia Society telah ditubuhkan pada 2006 yang beralamat di Taman TTDI Jaya akan dapat menggerakkan Misi Kemanusiaan Tanpa Sempadan dengan seberapa segera.

AKRAB Jabatan Pertanian telah mengadakan Tabung Kutipan untuk Rakyat Syria yang telah dilancarkan pada 21 November 2013 sempena Seminar Teknikal Jabatan Pertanian serta kutipan turut dilakukan dari Bahagian ke Bahagian. Kutipan Tabung Rakyat Syria yang terkumpul sejumlah RM 3,838.00 adalah sumbangan ikhlas yang diterima daripada rakan AKRAB Jabatan Pertanian, pegawai dan kakitangan

serta orang perseorangan. Justeru pada 6 Mei 2014 diadakan Majlis Penyampaian Kutipan Tabung Rakyat Syria yang disampaikan oleh Timbalan Ketua Pengarah Pertanian (Operasi), Dato' Ahmad Zakaria bin Mohamad Sidek kepada kepada wakil NGO Muslim Care, Tuan Haji Abdul Razak bin Mohamed sempena Program Kursus Keusahawanan Pemprosesan Makanan Jabatan Pertanian. Turut hadir dalam majlis tersebut adalah Pengarah-Pengarah Bahagian atau wakil, Encik Baharum Salehuddin, Puan Fatimah Mohd Nasir, Puan Faridah Aini Mohammad, Tn. Hj. Hanawi Ahmad dan Puan Juliana Megat selaku Penyelaras AKRAB Jabatan Pertanian. Majlis ini telah disaksikan oleh hadirin seramai 100 orang yang terdiri daripada pegawai dan kakitangan Jabatan Pertanian serta peserta Kursus Keusahawanan dan Pemprosesan Makanan.

Jabatan Pertanian akan terus mengumpul sumbangan-sumbangan dalam bentuk wang mahupun material untuk disalurkan kepada Badan-badan yang dapat mengajihkan kepada pihak-pihak yang memerlukan samada didalam mahupun di luar Negara. Semoga dengan sumbangan yang amat sedikit ini akan dapat membantu meringankan beban kesengsaraan mereka. INSYAALLAH.





Wajah yang Menyenangkan

Oleh: Juliana Megat

Persepsi kita terhadap orang yang kita temui bergantung kepada wajahnya. Daya tarikan pada wajah seseorang itu bukanlah terletak pada kecantikan semata-mata. Walaupun wajah manusia ini memang berbeza dari rupa paras tetapi perasaan terhadap seseorang itu lahir dari dalam sanubari kita. Apabila bertemu dengan seseorang, kita akan membuat penilaian menerusi perasaan kita terhadapnya seperti suka, rasa mesra, segan-silu, manis, lembut, ayu, sompong dan sebagainya.

Apakah yang mempengaruhi perasaan kita terhadap seseorang?

Contohnya, apabila kita bertemu dengan seorang hafiz, seorang alim atau orang yang baru pulang dari Makkah, kita akan mengatakan wajah mereka ini lembut, jernih, berseri, bersih dan seumpamanya.

Apakah fenomena ini berlaku secara semula jadi atau dibuat-buat? Antara rahsia untuk mendapatkan wajah yang menyenangkan orang yang melihat kita adalah seperti yang berikut:-



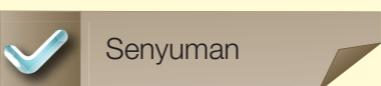
Niat yang Ikhlas

Kita perlu memasang niat dalam semua perkara yang kita lakukan sebagaimana mafhum sabda Nabi SAW dalam riwayat Muslim:-

"Sesungguhnya setiap perbuatan itu adalah dengan niat dan sesungguhnya bagi setiap manusia itu (balasan) apa yang telah diniatkan".

Hadith ini membawa pengertian bahawa setiap perbuatan dan amalan itu dinilai berdasarkan niatnya. Jika niatnya baik dan ikhlas kerana Allah SWT, maka itu merupakan ibadah yang menyebabkannya memperoleh ganjaran pahala.

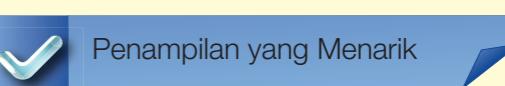
Secara saintifik pula, orang yang berniat baik dan ikhlas ini akan mengeluarkan tenaga dalaman positif yang terpancar melalui getaran atau gelombang (brain waves) yang hanya dirasai dengan gerak hati atau intuisi. Wajah orang yang positif ini dirasakan menarik, bersih, lembut, manis dan sebagainya. Orang yang mendampinginya akan merasakan aura itu. Oleh sebab itu, jagalah niat kita bertemu dengan seseorang kerana ianya boleh terpancar dari wajah kita.



Senyuman

Senyuman yang tulus ikhlas dapat menghangatkan jiwa yang menerima. Ia boleh menjadi penawar dan ibadah, malah turut menceriakan dan memaniskan penampilan kita. Apabila kita senyum dengan niat kerana Allah SWT, ia jadi ibadah sedekah.

Senyuman mampu jadi penawar kepada penyakit rohani yang kronik. Orang yang selalu senyum akan dapat mengeluarkan endorphin dalam badan yang mampu menimbulkan rasa lega, selesa dan ceria. Kesan senyuman ini dapat menimbulkan rasa gembira kepada orang yang melihatnya. Senyuman yang ikhlas akan meresap dalam kalbu yang paling dalam.



Persepsi orang yang melihat kita banyak bergantung pada pakaian kita kerana 95% daripada badan orang Muslim dilitupi oleh pakaian. Identiti seseorang banyak bergantung pada cara mereka berpakaian. Cuba kita buat perbandingan pakaian seorang ahli korporat dengan seorang peniaga gerai nasi lemak. Tentunya jelas kepada kita bahawa pakaian banyak mempengaruhi persepsi orang terhadap kita. Manusia sangat senang dan suka kepada kecantikan. Oleh sebab itu, pilihlah pakaian yang menutup aurat, menarik dan sesuai dengan keadaan dan suasana supaya orang senang melihat kita.

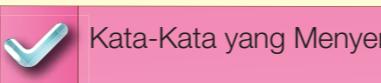
Sumber ; Laman Web JAKIM



Keceriaan ialah anugerah Allah SWT yang tidak terhingga kepada manusia. Ia berpunca dari lubuk hati yang bersih dan suci. rasa senang dan bahagia menimbulkan wajah yang ceria. Ia merupakan satu kebaikan yang perlu diambil perhatian sebagaimana sabda Nabi SAW dalam hadith ini yang bermaksud:-

"Janganlah kamu memandang remeh terhadap segala kebaikan, walaupun hanya sekadar kamu berjumpa dengan saudaramu dengan wajah yang ceria" (Riwayat Muslim)

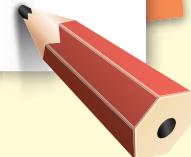
Alangkah senang hati kita melihat wajah orang ceria. Wajah orang yang ceria dapat menghiburkan orang lain.



Manusia sangat senang dengan kata-kata pujian dan penghargaan. Ia dapat memotivaskan orang yang menerima. Ucapan yang baik dengan penuh kemesraan dapat memikat hati orang yang mendengarnya. Allah SWT juga memerintahkan kita supaya mengucapkan kata-kata yang baik seperti firman-Nya dalam surah al-Baqarah ayat 38, mafhumnya:-

"Dan ucapkanlah kata-kata baik kepada manusia." Oleh sebab itu rahsia orang yang hebat ialah apabila dia dapat mengeluarkan kata-kata yang menyenangkan hati orang lain.

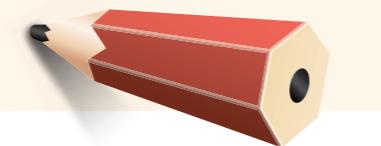
Kita mampu untuk membuat orang senang melihat wajah kita jika kita berusaha mengubah diri menjadi yang terbaik. Kemantapan dari segi fizikal, emosional dan spiritual harus seimbang supaya kita disayangi Allah SWT dan berjaya menawan hati orang. Jika kita memberikan kebaikan, kita juga akan menerima pulangan yang sama iaitu kebaikan.





Bersediakah kita untuk berubah?

Oleh: Fazlisyam b. Mohd Isa



3 Perubahan Yang Perlu Di Lakukan Tahun 2014

Penulis tertarik sebuah artikel hasil tulisan Dr. Muhyah Mohamad yang bertajuk Perubahan diri memerlukan 'reset minda' dan 'celik hati'. Artikel tersebut banyak menghuraikan pengertian Psikologi yang melibatkan minda manakala spiritual melibatkan hati. Kedua-duanya elemen ini perlu difahami dengan tepat bagi membentuk personaliti diri yang terbaik.

Dr. Muhyah Mohamad telah menjelaskan kita bertindak daripada hati bukan dengan akal. Maknanya, kita 'tahu' kita perlu berubah setelah akal dapat berfikir secara positif, tetapi jika hati kita belum 'mahu' berubah tidak akan ada apa-apa perubahan kepada diri kita. Hati melibatkan perasaan dan emosi; perasaan positif akan memberikan semangat positif. Kesedaran adalah perasaan, kesedaran akan timbul hanya di hati.

'Reset minda' mesti disertai dengan 'celik hati', barulah akan diikuti dengan hasil tindakan yang akan membawa hasil kehidupan. Demikian jugalah formula 'peristiwa + respons = hasil kehidupan', yang membawa maksud, setiap peristiwa (positif/

negatif) mesti diikuti dengan respons atau tindak balas (positif/negatif), dan kesan daripada respon itu yang menentukan hasil kehidupannya (positif/negatif). Kalau kita 'celik mata hati' apa-apa sahaja peristiwa yang berlaku di hadapan mata kita, sama ada baik atau buruk, positif atau negatif, kita akan memberi respons yang baik/positif.

Sesuatu perubahan itu hanya berlaku dengan formula, 'Tahu - mahu/sedar - tindakan' atau lebih jelas lagi, 'Tahu (akal) - mahu (hati) - mampu (badan)'. Kemampuan kita untuk melaksanakan apa yang kita 'tahu' dan apa yang kita 'mahu' bergantung kepada fizikal/badan kita yang mampu melaksanakan tindakan dan mendisiplinkan diri dalam melaksanakan tindakan, yang akhirnya terhasilah kehidupan (kebahagiaan, ketenangan, kesihatan, dan kekayaan).

"Bilakah waktu yang paling penting dalam hidup kita?" Jawapannya, 'sekarang.' Maka, kalau hendak berubah, berubahlah sekarang. "Siapakah yang paling penting dalam hidup kita?" Jawapannya, "Orang di hadapan kita atau yang terdekat dengan kita. Maka berubahlah dan ajak isteri/suami dan anak-anak berubah. "Apakah perkara yang paling penting dalam hidup kita?" Jawapannya, 'Berbuat baik.' Maka berubahlah ke arah kebaikan.

Berubah ! Berubah ! Berubah !



Mengubah keperibadian diri atau personaliti diri

Berubah daripada minda yang negatif kepada minda yang positif. Daripada hati yang buta kepada celik hati. Daripada mengejar cita-cita dalam kehidupan kepada mencari makna dalam kehidupan. Daripada suka mencari berita/gosip kepada suka mencari ilmu. Daripada suka kata saya sudah tahu kepada saya ingin tahu. Daripada sifat kasar kepada sifat lemah lembut. Daripada berwajah masam kepada sentiasa tersenyum. Daripada malas kepada rajin. Orang berjaya suka memberi, orang kurang berjaya sentiasa mencari peluang atas kelemahan orang lain dan sangat berkira dalam kerja sehari-hari.



Berubah dalam menjalin dan menjaga hubungan sesama manusia.

Berubah daripada suka menerima kepada suka memberi. Daripada mencari perhatian kepada memberi perhatian. Daripada suka bersaing kepada suka bekerjasama. Daripada ingin dihormati kepada menghormati. Daripada sompong dan mementingkan diri kepada menjaga silaturahim. Daripada suka bercakap kehebatan tentang diri kepada suka mendengar tentang kehebatan orang lain. Daripada orang yang suka melihat dan menilai orang kepada orang yang suka melihat dan menilai diri sendiri. Daripada hendak betulkan orang kepada hendak betulkan diri sendiri. Daripada orang yang ingin difahami kepada orang yang memahami. . Orang kurang bijak sentiasa mencari salah dan menjadi masalah bukan mencari solusi.



Berubah menjadikan diri kita insan yang beriman.

Perubahan yang tidak boleh ditangguh, daripada banyak membuat dosa kepada banyak mencari pahala. Daripada hidup bergelumang dengan maksiat kepada hidup penuh taat kepada Allah. Daripada selalu mengeluh kepada selalu bersyukur. Daripada ingat dunia kepada ingat akhirat. Daripada terlalu bergantung kepada orang kepada bergantung hanya kepada Allah. Daripada mencari penghargaan manusia kepada mencari reda Allah. Orang yang paling bebas ialah orang yang bebas daripada penghargaan manusia.



Petikan :

Tulisan Dr. Muhyah Mohamad bertajuk 'Perubahan Diri'



19 FAEDAH KERJA BERPASUKAN

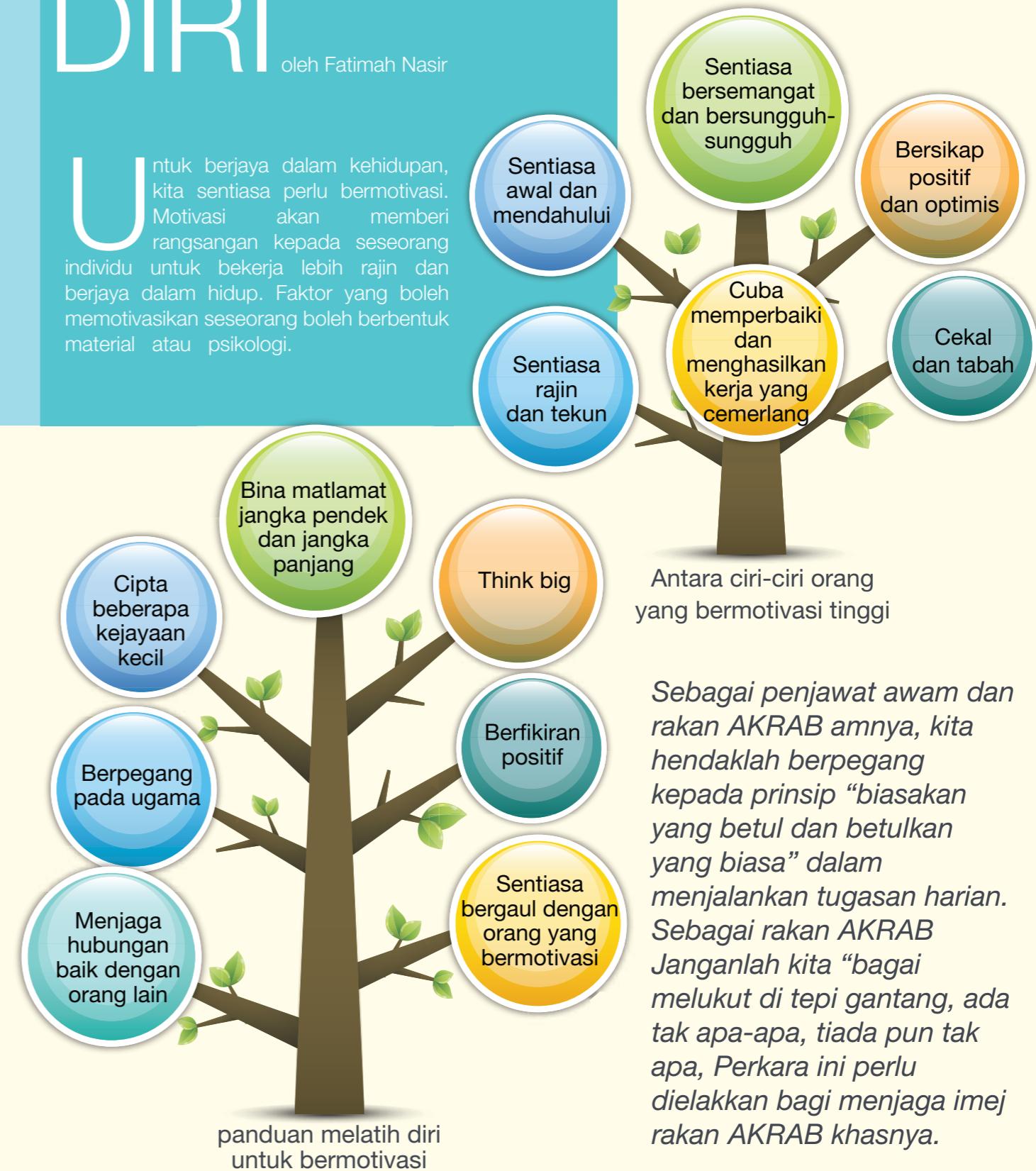
Oleh: Aishah Jafar

1. Mempertingkatkan motivasi, perasaan girang dan minat terhadap kerja,
2. Memberikan keyakinan diri pekerja tentang potensi dan kebolehan mereka,
3. Menanam semangat dan sikap gigih serta tekun di kalangan pekerja untuk mempertingkatkan kualiti perkhidmatan dan kualiti keluaran/barangan,
4. Menyemai perasaan kekitaan dan lebih keupayaan di kalangan pekerja,
5. Mendorong dan membantu memperkembangkan sikap ingin bekerjasama dan saling bantu membantu di kalangan pekerja,
6. Menanam perasaan saling percaya-mempercayai, hormat-menghormati dan kasih saying di kalangan pekerja
7. Membantu mewujudkan kemajuan dan perkembangan diri pekerja, sama ada dari segi kepimpinan, kerjaya, harga diri, bakat maupun potensi
8. Membantu melahirkan pekerja yang sentiasa berfikir, sentiasa ingin belajar dan ingin mengetahui sesuatu perkara yang baru,
9. Membantu melahirkan pekerja yang kreatif, proaktif, dinamik, inovatif, berkualiti dan produktif
10. Menjadikan diri pekerja lebih berguna, lebih bermanfaat, dihargai dan berkeyakinan tinggi
11. Memupuk kebolehan berkomunikasi, kemahiran mengurus dan kemahiran memimpin di kalangan pekerja,
12. Melahirkan perasaan bangga dan minat untuk meneroka idea-idea baru dan kesediaan menerima perubahan di kalangan pekerja,
13. Melahirkan pekerja yang berkebolehan dalam menyelesaikan masalah secara kolektif dan sistematik
14. Mempertingkatkan kesedaran berkhidmat dan memberi kepuasan pekerja,
15. Melahirkan pekerja yang lebih komited, bertanggungjawab, dinamik dan dedikasi,
16. Menggalakkan pekerja supaya berusaha memperbaiki sistem dan cara bekerja dari semasa ke semasa,
17. Melahirkan golongan pekerja yang bersikap dan berfikiran proaktif, berwawasan, bertimbangrasa, sabar, rajin dan komited untuk memajukan diri sendiri dan organisasi.
18. Melahirkan golongan pekerja yang sentiasa mementingkan budaya kerja dan hasil kerja yang berkualiti untuk memenuhi keperluan, kepuasan dan jangkaan pelanggan,
19. Memberi peluang dan kesempatan kepada pekerja menyertai proses membuat keputusan terutama perkara-perkara yang membabitkan kepentingan dan tugas-tugas harian mereka

TIPS MOTIVASI DIRI

oleh Fatimah Nasir

Untuk berjaya dalam kehidupan, kita sentiasa perlu bermotivasi. Motivasi akan memberi rangsangan kepada seseorang individu untuk bekerja lebih rajin dan berjaya dalam hidup. Faktor yang boleh memotivasi seseorang boleh berbentuk material atau psikologi.



Antara ciri-ciri orang yang bermotivasi tinggi

Sebagai penjawat awam dan rakan AKRAB amnya, kita hendaklah berpegang kepada prinsip "biasakan yang betul dan betulkan yang biasa" dalam menjalankan tugas-tugas harian. Sebagai rakan AKRAB, janganlah kita "bagai melukut di tepi gantang, ada tak apa-apa, tiada pun tak apa, Perkara ini perlu dielakkan bagi menjaga imej rakan AKRAB khasnya.

Tips Untuk Menjadi Ibu Bapa Cemerlang

Oleh: Shabariah Ismail



Kalau tiba-tiba teringatkan anak kirimkan bacaan Al Fatihah. Sampai ke ayat "iyakanakbudu waiyyakanastain" - ertinya "Hanya kepada Mu kami sembah dan hanya padaMu pohon pertolongan..", mintalah apa-apa hajat masa itu yang ada hubung kait dengan anak yang kita ingat tu, habiskan bacaan surah Al Fatihah doakan semoga anak kita diberi kefahaman yang sebenarnya dalam urusan agamanya, memiliki ilmu yang bermanfaat dan serahkan urusan anak kepada Allah untuk menjaganya.

Pandang wajahnya semasa dia tidur ucapan bahawa, ibu nak (nama anak) jadi anak yang soleh sayang!. Cubalah amalkan (ustaz kata ini makna kita bercakap dengan rohnya) Dan ucapan ini adalah DOA dan Allah Maha mendengar lagi maha melihat.

Masa bangun solat malam, solatlah hajat disisinya. Maksudnya Kita solat dalam bilik dia dan dekat dengan dia. Jika Kita selalu buat dan kita juga selalu beritahu dia yang kita sering doakan dia, dia akan rasa satu ikatan kasih sayang yang hakiki yang kita amat sayangkan dia dan nak dia jadi anak soleh. Dia akan tahu kita selalu solat hajat untuknya.

Minta dikasihani. Ucapan setiap masa bahawa kita ni sedang menunggu panggilan Allah. Jika dia tak jadi anak soleh bermakna dia tak sayangkan kita dan tentunya kita akan merana di Alam Barzah nanti.

Peluklah anak selalu walaupun dia sudah besar, sebagaimana kita tatang dia masa kecilnya. Aura ciuman dan belaian ibu sambil bisikkan padanya yang kita bangga mempunyai anak seperti ini.

Maafkan anak kita setiap masa walaupun perbuatannya amat melukakan hati kita. Muhasabbah diri mungkin kesilapan yang anak lakukan itu adalah kerana dosa-dosa kita dimasa lampau.

Yang paling penting jaga tutur kata kita, jangan sekali-kali ucapan perkataan yang boleh melukakan hatinya. Jika ini berlaku juga kerana kita TER.. kata, cepat-cepat cari masa yang sesuai untuk kita minta maaf padanya. Mengakulah padanya itu kelemahan kita, kita marah kerana dia buat salah,bukan bermaksud membenci. Ceritalah buat macam dramapun boleh.

Amalkan membaca ayat 40 surah Ibrahim supaya kita, anak dan zuriat keturunan kita termasuk dalam golongan orang2 yang tetap mendirikan Solat. [Wahai Tuhan! Jadikanlah daku orang yang mendirikan sembahyang dan demikianlah juga zuriat keturunanku. Wahai Tuhan kami, perkenankanlah doa permohonanku.

Selalu ingatkan anak bahawa tak guna ada pangkat, belajar tinggi, hatta hafal Quran sekalipun jika tidak mempunyai peribadi yang mulia. Allah tak pandang wajah yang cantik tapi pandang hati yang cantik. Allah tak sayang, manusia tak suka.

Masa basuh beras niatkan "Ya.. Allah lembutkanlah hati anak-anak ku sebut nama dia.....untuk faham agamanya ", [kenapa Kita nak dia faham agama, kerana anak yang tak faham agama boleh bawa ibubapanya juga ke neraka] sebagaimana engkau lembutkan beras ini menjadi nasi ". Basuh beras lawan jam (macam org tawaf) sambil selawat kepada Nabi Muhammad S.A.W. Masa buat kerja ini hati jangan lalai..dan ingat kepada Allah selalu.

SENARAI NAMA RAKAN AKRAB JABATAN PERTANIAN 2014

Bil	Nama	No Akrab	Gred	Alamat	No Telefon	Email
1	Ab Wasa Mohd Nor A9119513		G52	Jabatan Pertanian Negeri Pahang, Ting. 6 & 7, Kompleks Tun Razak, Bandar Indera Mahkota, 25990 Kuantan, Pahang.	09 5733133 09 5733649 019 9311454	abdwas@gmail.com
2	Afandi Sulaiman A9122011		G52	Bahagian Pengurusan Dan Pemuliharaan Sumber Tanah, Aras 9, Wisma Tani, Lot 4G2, Presint 4, 62624 Putrajaya.	03 88703424 017 8225920	affansulaiman@yahoo.com.my
3	Aziz @ Awang Mat Ali A8033112		G52	Putat Kejuruteraan Pertanian, Jabatan Pertanian, 43409 Serdang, Selangor.	03 89486058 019-5659269	azizma@doa.gov.my
4	Fatimah Mohd Nasir A9121813		G52	Bahagian Pembangunan Sumber Manusia, Aras 13, Wisma Tani, Lot 4G2, Presint 4, 62624 Putrajaya.	03 88703031 0122526844	fatimahn@doa.gov.my
5	Aishah Jafar A212106		G48	Bahagian Biosekuriti Tumbuhan, Jabatan Pertanian Malaysia, Jalan Gallagher, 50480 Kuala Lumpur.	03 26977139 013 4887313	aishahjafar@gmail.com
6	Alang Mad Daud A7050611		G48	Institut Pertanian Ayer Hitam (IPS), Jabatan Pertanian, Beg Berkunci 101, 86100 Ayer Hitam, Johor.	07 7581161 012 7566530	aleakuantan@yahoo.com
7	Hamid Omar A9122113		G48	Putat Pembangunan Komoditi, Kompleks Pertanian Bumbung Lima, 13200 Kepala Batas, Pulau Pinang.	04 5751124	hamidomar@gmail.com

8	Johari Abdullah A9123031		G48	Bahagian Pengembangan Pertanian & IAT, Aras 8, Wisma Tani, Lot 4G2, Presint 4, 62632 Putrajaya.	03 88703438 013 4161323	johari_a@doa.gov.my		15	Azimah Mohd Zain A9000513		G44	Jabatan Pertanian Negeri Kelantan, Lundang, 15990 Kota Baharu, Kelantan.	09 7442400 019 9335166	azimah@doa.gov.my
9	Juliana Megat A8033912		G48	Bahagian Pembangunan Sumber Manusia, Aras 13, Wisma Tani, Lot 4G2, Presint 4, 62624 Putrajaya.	03 88703028 012 2014700	juliana@doa.gov.my		16	Rozli Azizi Talib A9126313		G44	Jabatan Pertanian Negeri Sembilan, Tingkat 3, Blok D, Wisma Negeri, 70503 Seremban, Negeri Sembilan.	06 7639337 012 2808579	rozliazizi@yahoo.com.my
10	Normaizah Ismail@ Manaf A9125813		G48	Bahagian Padi, Tanaman Industri & Florikultur, Aras 12, Wisma Tani, Lot 4G2, Presint 4, 62632 Putrajaya.	03 88703208 012 9637474	normaizah@doa.gov.my		17	Farhana Hafizah Hamdan Mustafa A9031213		G44	Jabatan Pertanian Negeri Johor Pusat Pentadbiran Kerajaan Negeri Johor Kota Iskandar 79000 Bandar Nusajaya, Johor.	07 2666707 012 2754665	farhana.hafizah@johor.gov.my
11	Azuan Abdullah A9121513		G44	Jabatan Pertanian Negeri Kelantan, Beg Berkunci No 22, 15990 Kota Bharu, Kelantan.	09 7442400 017 9098686	azuan_wts@yahoo.com		18	Hayusri Faizal Idris A8033712		G41	Bahagian Kawalan Racun Perosak, Jabatan Pertanian, Tingkat 4, Wisma Tani, Jalan Sultan Salahuddin, 50632 Kuala Lumpur.	03 20301400 013 6244855	hayusri@doa.gov.my
12	Fazlisyam Md Isa A8033412		G44	Bahagian Hortikultur, Aras 10, Wisma Tani, Lot 4G2, Presint 4, 62632 Putrajaya.	03 88703480 012-3979007	fazlisyam@doa.gov.my		19	Nor Haslina Nor Rizan A9125313		G41	Jabatan Pertanian Negeri Sembilan, Tingkat 3, Blok D, Wisma Negeri, 70503 Seremban, Negeri Sembilan.	06 7659760 019 3538089	norhaslina@doa.gov.my
13	Mohd Nazly Mohd Rejal A7051311		G44	Jabatan Pertanian Negeri Kelantan Beg Berkunci No 22, 15990 Kota Bharu, Kelantan	09 7442400 019 9885966	nazly@doa.gov.my		20	Rohaizah Mohamed Nasir A9126213		G41	Bahagian Pembangunan Sumber Manusia, Aras 13, Wisma Tani, Lot 4G2, Presint 4, 62624 Putrajaya.	03 88703257 017 7785405	rohaizah_mn@doa.gov.my
14	Nik Mohd Haizul Nik Supian A9124813		G44	Jabatan Pertanian Negeri Terengganu, Tkt 5, Wisma Negeri, 20632 Kuala Terengganu, Terengganu.	09 6222444 019 9839453	nikhaizul@yahoo.com		21	Shahbani Ismail A6074510		G41	Jabatan Pertanian Negeri Pulau Pinang, Jalan Kulim, Cherok Tuk Kun 14000 Bukit Mertajam, Pulau Pinang.	04 5753487 013 4411839	shahbani@penang.gov.my
								22	Zaza Izlin Mohd Razif A9127913		G41	PLPP Wilayah Selatan, Jabatan Pertanian, Beg Berkunci 104, 86100 Ayer Hitam, Johor.	07 7581878 017 9670339	zazaizlin2711@yahoo.com.my

23	Wan Nur Amalina Wan Mohamed		G41	Bahagian Kawalan Kualiti Tanaman, Aras 7, Wisma Tani, Lot 4G2, Presint 4, 62624 Putrajaya.	03-88703000 019-6832313	amalina@ketara.gov.my		30	Mohamad Kasmuri A9031913		G32	Jabatan Pertanian Negeri Johor Pusat Pentadbiran Kerajaan Negeri Johor Kota Iskandar 79000 Bandar Nusajaya, Johor.	07 2666707 019 7561440	muhamed.kasmuri@johor.gov.my
24	Ngadiran Nasir A8034912		G36	Bahagian Pembangunan Sumber Manusia, Aras 13, Wisma Tani, Lot 4G2, Presint 4, 62624 Putrajaya.	03 88703255 012-7231957	ngadiran@doa.gov.my		31	Ahmad Nazeri Aziz A9120513		G32	Jabatan Pertanian Negeri Kedah, Seksyen Komunikasi, 06600 Jalan Kuala Kedah, Telok Chengai, Kedah.	04 7775006 019 4405085	nazeriaziz@yahoo.com
25	Amizan Abas A6071110		G36	Jabatan Pertanian Negeri Sembilan, Tingkat 3, Blok D, Wisma Negeri, 70503 Seremban, Negeri Sembilan.	06 6854470 019 6238551	amizanabas@gmail.com		32	Hassan Muhamed A9122413		G32	Institut Pertanian Kuala Lipis, 27209 Kuala Lipis, Pahang.	09 3121328 012 2747489	ipklipis@doa.gov.my
26	Yahya Abdul Muttalib A6073210		G36	Jabatan Pertanian Negeri Sembilan, Tingkat 3, Blok D, Wisma Negeri, 70503 Seremban, Negeri Sembilan.	06 7659760 019 6619752	yahyam@ns.gov.my		33	Rosli Yaacob A539009		G32	Institut Latihan Pengembangan Pertanian, Beg Berkunci 211 43400 Serdang, Selangor.	03 89489070 019 4748789	rosli_y@doa.gov.my
27	Abdul Hamid Tahir A562009		G36	Jabatan Pertanian Negeri Pulau Pinang, Jalan Kulim, Cherok Tuk Kun 14000 Bukit Mertajam, Pulau Pinang.	04 5372144 019 4520735	abdhamid@penang.gov.my		34	Noraini Sulian A9125413		G32	Institut Pertanian Ayer Hitam, Jabatan Pertanian Beg Berkunci 101, 86100 Ayer Hitam, Johor.	07 7581161 019 7050616	ainisulian@yahoo.com
28	Fauzi Md Yatim A6067310		G36	Jabatan Pertanian Sabak Bernam Kompleks Pejabat Daerah Sabak Bernam, 45300 Sungai Besar, Selangor.	03 55189888 03 55100041 019 2721797	fauzi_mdyatim@yahoo.com		35	Shabariah Ismail A9126713		G27	Bahagian Kawalan Racun Perosak, Jabatan Pertanian, Tingkat 4, Wisma Tani, Jalan Sultan Salahuddin, 50632 Kuala Lumpur.	03 20301489 014 9322761	shabariah@doa.gov.my
29	Zulkifli Yunus A7111911		G36	Jabatan Pertanian Negeri Pahang, Ting. 6 & 7, Kompleks Tun Razak, Bandar Indera Mahkota, 25990 Kuantan, Pahang.	09 5733133 09 5733649 019 5218779	rosenela72@yahoo.com.my		36	Tun Ihsan Abdul Karim A9127413		S27	Institut Pertanian Titi Gantong, Kompleks Pertanian Titi Gantong, 32600 Bota, Perak.	05 3761244 017 5151737	ihsan_alhafiz@yahoo.com
								37	Zahid Bakar A7052711		G27	Pusat Latihan Pembangunan Pengembangan Wilayah Utara, Telok Chengai , 06600 Kuala Kedah, Kedah.	04 7714003 012 5319821	zahid@doa.gov.my



38	Nur Dalela Adnan A8035112		S27	Institut Pertanian Serdang, Beg Berkunci 204, Pejabat Pos UPM, 43400 Serdang, Selangor.	03 89486204 016 3024834	roti_bulat@yahoo.com.my
39	Abu Nazri Bakar A9119813		G27	Pejabat Pertanian Daerah Bera, 28200 Bera, Pahang.	012 9017326	abonazri@yahoo.com.my
40	Saadan Iteng A9126413		G26	Pusat Kejuruteraan Pertanian, Jabatan Pertanian Telok Chengai, 06600 Kuala Kedah, Kedah.	04 7715175 019 4367400	saadaniteng@yahoo.com.my
41	Zainab Omar A8036812		W22	Bahagian Pengurusan Aras 11, Wisma Tani, Lot 4G2, Presint 4, 62624 Putrajaya.	03 88703313 012-6350031	zainabo@doa.gov.my
42	Abu Bakar Jusoh A402608		N22	Bahagian Pengembangan Pertanian & IAT, Aras 8, Wisma Tani, Lot 4G2, Presint 4, 62632 Putrajaya.	03 88703537 010 6347992 0133296056	abufaqeh99@gmail.com