



SSPA

**Langkah kecil
Perubahan besar**

Isi Kandungan

3

Dari Meja

Penasihat Buletin

4-5

Sorotan

Aktiviti UPKA 2024

6-7

Mesyuarat

Agung Tahunan 2024

8-9

Penyediaan & Pelaksanaan

Borang Opsyen SSPA

10-11

Bengkel/Aktiviti/Mesyuarat

12-13

Kelestarian UPKA

14

Ruangan Ilmiah

15

Pencapaian UPKA 2024

16-17

Santai Bersama



Sidang Redaksi

PENASIHAT

Encik Mohd Saberi Mohd Yusoff

EDITOR

Cik Wan Nurfatina Shahirah Wan Ariffin

PEREKA

Encik Muhamad Syakirin Hakim Khairul Nizam

PEMBACA PRUF

Puan Suhaila Hashim

PENYELARAS SUMBER

Bahagian Perolehan & Kewangan

Encik Azharuddin Abdul Aziz

Puan Suhaila Hashim

Puan Norhasmirina Nawi

Bahagian Pengurusan Aset & Perkhidmatan Dobi

Puan Norashikin Aziz

Encik Ahmad Afifi Haji Ismail

Puan Nur Adibah Muslim

Puan Jawaratul Saniah Kamal Abd Nasir

Bahagian Sumber Manusia

Cik Mirawaty Mat Ghani

Encik Ahmad Azwan Ab Rahman

Bahagian Pembangunan Organisasi & Governan

Cik Nabilah Mohd Pauzi

Cik Wan Nurfatina Shahirah Wan Ariffin

Kelab Kebajikan UPKA (KUPKA)

Dari Meja Penasihat Buletin

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh
dan Salam Sejahtera,

Segala puji bagi Allah kerana dengan limpah dan rahmat dari-Nya, kita berpeluang untuk menerbitkan edisi terakhir Buletin Unit Pentadbiran dan Kemudahan Am sebagai penutup bagi tahun 2024. Penerbitan kali ini menandakan penutup kepada perjalanan, pencapaian dan usaha gigih Unit Pentadbiran dan Kemudahan Am sepanjang tahun 2024.

Tahun 2024 menyaksikan pelbagai cabaran dan peluang yang telah kita manfaatkan dengan semangat kerjasama dan dedikasi semua. Sebagai edisi penutup untuk tahun 2024, saya berharap agar Buletin UPKA ini dapat menjadi dokumen rujukan yang bermakna, bukan sahaja untuk mengenang perjalanan yang telah kita lalui, tetapi juga untuk menginspirasi langkah yang lebih besar lagi pada masa akan datang.

Di kesempatan ini juga, saya ingin merakamkan setinggi penghargaan kepada semua warga UPKA, penyumbang artikel dan sidang redaksi yang telah memastikan penerbitan buletin ini berjalan dengan lancar dan jaya sepanjang tahun. Kejayaan penerbitan Buletin UPKA selama ini merupakan bukti sokongan dan komitmen daripada semua.

Akhir kata daripada saya, semoga Buletin UPKA ini dapat memberi manfaat kepada semua pembaca. Semoga kita terus melangkah dengan semangat baharu dan visi yang lebih besar pada tahun 2025.

Selamat membaca dan terima kasih saya ucapkan di atas sokongan semua sepanjang tahun ini.



Mohd Saberi Mohd Yusoff
Timbalan Pengarah Pentadbiran

Sorotan Aktiviti UPKA 2024

PELANCARAN BUKU PERKHIDMATAN DOBI

5 Mac

Buat julung kalinya Bahagian Perkhidmatan Dobi, UPKA menerbitkan Buku Pengurusan Perkhidmatan Dobi Hospital sebagai medium penyampaian maklumat kepada berkaitan mengenai tatacara pengurusan linen di hospital

24 DAYS FIT CHALLENGE UPKA

12 Mac

Program tradisi UPKA setiap kali tibanya bulan Ramadan di mana kelab UPKA akan menganjurkan cabaran penurunan berat badan staf-staf UPKA.

FAMILY DAY UPKA

12 - 13 Julai

Acara tahunan yang mengumpulkan seluruh warga UPKA bersama keluarga masing-masing bersantai dan menikmati aktiviti yang dianjurkan.

PENGURUSAN PERKHIDMATAN DOBI HOSPITAL USM

BENGKEL KRITERIA PENILAIAN TEKNIKAL UBAT-UBATAN USM

BENGKEL KRITERIA PENILAIAN TEKNIKAL UBAT-UBATAN

27-28 Februari

Bengkel ini diadakan melibatkan staf dari Bendahari Universiti Sains Malaysia serta pegawai-pegawai farmasi berkenaan dengan penilaian dan pembelian ubat-ubatan.

TEN-PIN BOLING UPKA

8 Mac

Acara yang mengumpulkan seluruh staf UPKA dan sama-sama bersaing dalam Kejohanan Ten-pin Boling bagi membawa pulang gelaran juara

PEMANTAUAN PROJEK PEMBANGUNAN DI UMK & HOSPITAL USM

26-27 Mei

Lawatan pemantauan projek-projek tergendala serta projek-projek semasa di Hospital USM dari Ketua Setiausaha Kementerian Pendidikan Malaysia.

FIT MALAYSIA @ KOTA BHARU

22 Ogos

Program anjuran bersama Pejabat Belia dan Sukan Negeri Kelantan bagi menyemarakkan semangat kemerdekaan di samping memupuk gaya hidup sihat dalam kalangan staf

PERSIAPAN & PENYEDIAAN BORANG OPSYEN SSPA

Oktober - November

Persiapan borang opsyen SSPA melibat hampir 4,000 staf di Hospital Pakar USM. Aktiviti ini diselaras oleh Bahagian Pengurusan Sumber Manusia iaitu Cik Mirawati dan pasukan. Semua staf UPKA turut terlibat membantu sepanjang proses penyediaan agar berjalan dengan lancar



SAMBUTAN AMBANG MERDEKA 2024 PERINGKAT HOSPITAL PAKAR USM

11 Ogos

Inisiatif HPUSM bagi membangkitkan semangat patriotik dalam kalangan staf.

PROGRAM MEMASAK & AGIHAN BUBUR ASYURA

20 Ogos

Penganjuran pertandingan memasak bubur asyura antara PTJ Kampus Kesihatan serta agihan bubur kepada staf-staf, pelajar dan masyarakat setempat.

MESYUARAT AGUNG TAHUNAN UPKA

3 Disember

Mesyuarat ini diadakan bertujuan untuk membentangkan laporan aktiviti dan kewangan kelab bagi tahun 2023/2024 serta pembubaran kelab kepada kelab baharu bagi sidang 2025/2026

Annual Grand Meeting

Kelab UPKA

3 Disember 2024 – Kelab Kebajikan Staf UPKA (KUPKA) telah mengadakan Mesyuarat Agung Tahunan pada 3 Disember 2024 bertempat di Bilik Seminar, Blok Pentadbiran Hospital. Mesyuarat ini merupakan platform penting bagi kelab untuk membentangkan laporan kelab bagi tahun 2023 dan 2024 serta pembubaran kelab kepada kelab baharu untuk sidang 2025/2026. Mesyuarat dimulakan dengan bacaan doa dan ucapan alu-aluan dari Pengerusi Kelab UPKA, En. Wan Ahmad Nizamuddin.



Turut diadakan juga majlis sambutan hari lahir staf yang lahir pada bulan September hingga Disember serta penyampaian cenderahati tanda kenang-kenangan kepada semua ahli kelab dari Exco Kelab 2023/2024 dan diakhiri dengan jamuan makan untuk semua.



Agenda mesyuarat adalah seperti berikut:

- Pembentangan Laporan aktiviti sepanjang tahun bagi tahun 2023 dan 2024
- Pembentangan laporan kewangan bagi tahun 2023/2025
- Perbincangan usul dan cadangan daripada ahli
- Pembubaran kelab dan pelantikan ahli jawatankuasa kelab UPKA Baharu Sidang 2025/2026



Exco Baharu Kelab UPKA

En. Nik Helmi
Pengerusi



Pn. Aida
Bendahari

Pn. Siti Nurbayu
Timbalan Pengerusi

Pn. Rohani
Setiausaha



En. Syakiran
Ahli Jawatankuasa

Cik Nur Nayllesia
Ahli Jawatankuasa

En. Amierul
Ahli Jawatankuasa

En. Amir
Ahli Jawatankuasa



Pn. Jawaratul
Ahli Jawatankuasa

Pn. Syazwani
Ahli Jawatankuasa

En. Nazeri
Ahli Jawatankuasa

Pn. Hasmirina
Ahli Jawatankuasa



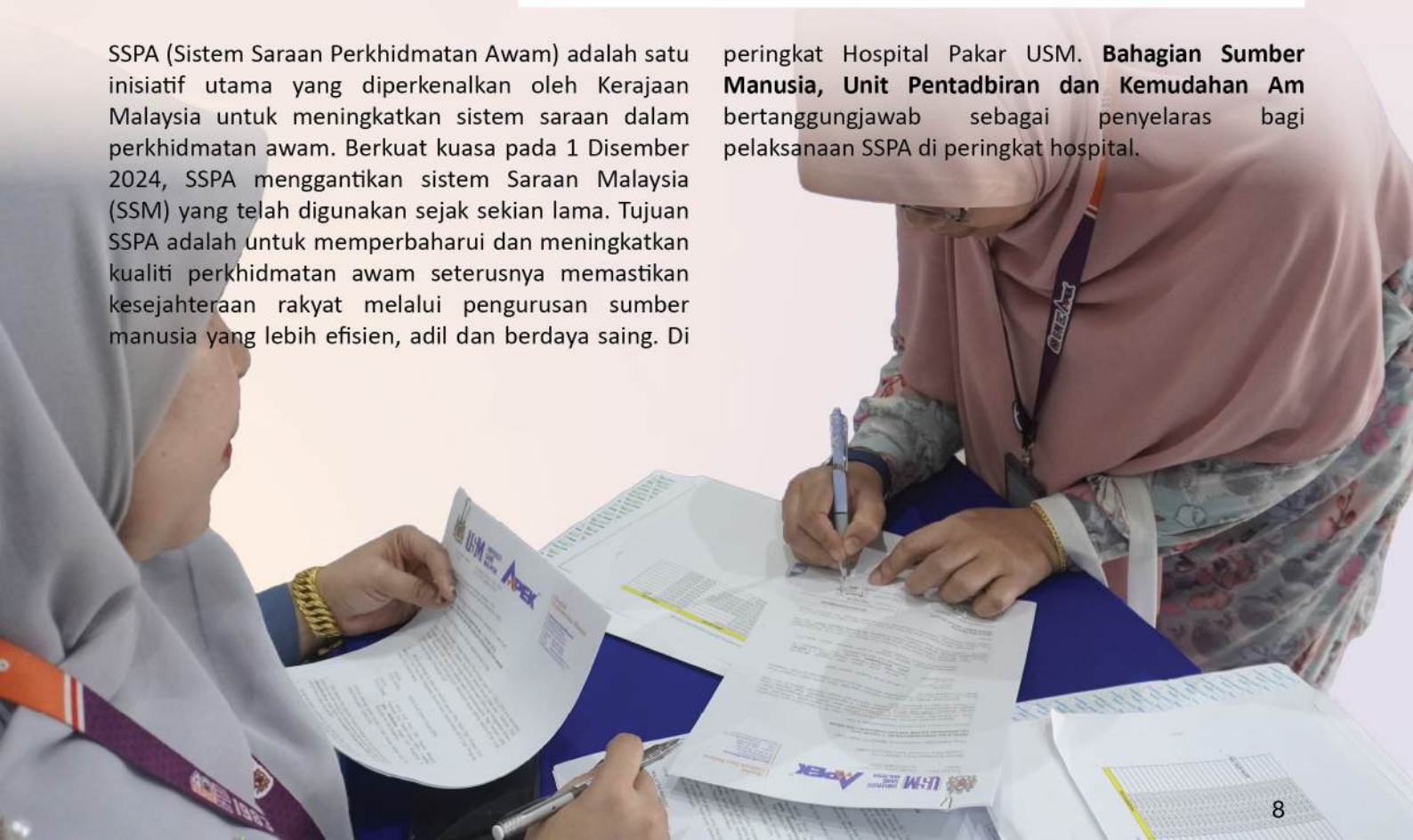
TAWARAN OPSYEN SSPA

Penyediaan Dan Pelaksanaan SSPA Hospital Pakar USM



SSPA (Sistem Saraan Perkhidmatan Awam) adalah satu inisiatif utama yang diperkenalkan oleh Kerajaan Malaysia untuk meningkatkan sistem saraan dalam perkhidmatan awam. Berkuat kuasa pada 1 Disember 2024, SSPA menggantikan sistem Saraan Malaysia (SSM) yang telah digunakan sejak sekian lama. Tujuan SSPA adalah untuk memperbaharui dan meningkatkan kualiti perkhidmatan awam seterusnya memastikan kesejahteraan rakyat melalui pengurusan sumber manusia yang lebih efisien, adil dan berdaya saing. Di

peringkat Hospital Pakar USM. Bahagian Sumber Manusia, Unit Pentadbiran dan Kemudahan Am bertanggungjawab sebagai penyelaras bagi pelaksanaan SSPA di peringkat hospital.



Sorotan Penyediaan SSPA



PROFESSIONAL CORPORATE TEAM BUILDING PROGRAMME FOR NURSING

19-21 September 2024

Program ini telah berlangsung di Tok Aman Beach Resort, Tok Bali yang disertai oleh seramai 38 orang peserta dari Unit Kejururawatan, Hospital Pakar Universiti Sains Malaysia (HPUSM). Program yang diadakan khusus untuk jururawat HPUSM bertujuan meningkatkan mutu penyampaian perkhidmatan kepada pesakit.

Bengkel yang merupakan anjuran Unit Pentadbiran dan Kemudahan Am ini turut dihadiri oleh Pengarah HPUSM, Dato' Profesor Dr. Nik Hisamuddin Nik Ab. Rahman dan Timbalan Pendaftar Kanan, En Mohd Saberi Mohd Yusoff. Program ini merupakan program penutup untuk siri Professional Corporate Team Building bagi tahun 2024.



PENYEDIAAN JADUAL PELUPUSAN REKOD FUNGSIAN HPUSM

18 November 2024 & 8 Disember 2024

Sejajar dengan hasrat Pengurusan Hospital untuk membangunkan Jadual Pelupusan Rekod HPUSM bersama dengan Arkib Negara Malaysia, pihak pengurusan di Unit Pentadbiran dan Kemudahan Am telah mengadakan bengkel Penyediaan Jadual Pelupusan Rekod Fungsian. Bengkel ini diadakan secara berperingkat melibatkan Pegawai Bertanggungjawab mengurus fail-fail di peringkat jabatan dan unit masing-masing. Bengkel pertama telah diadakan pada **18 November 2024** manakala bengkel kali kedua pula diadakan pada **8 Disember 2024**.



Tujuan bengkel ini dilaksanakan adalah bagi memberi pemahaman kepada pegawai-pegawai bertanggungjawab mengenai tatacara penyediaan Jadual Pelupusan Rekod Urusan Fungsian Hospital Pakar USM.



KURSUS INFOGRAFIK MENGGUNAKAN POWERPOINT DAN PEMBANGUNAN VIDEO MENGGUNAKAN CAPCUT DAN CANVA

11 Disember 2024

Dalam usaha memperkasakan kecekapan teknologi maklumat dan komunikasi (ICT) dalam kalangan kakitangan, pihak pengurusan UPKA telah mengambil inisiatif dengan menganjurkan Kursus Infografik Menggunakan Powerpoint dan Canva bertempat di Bilik Seminar, Blok Pentadbiran, HPUSM.

Kursus ini diadakan bertujuan untuk meningkatkan kemahiran komunikasi visual bagi membantu penyediaan laporan yang lebih menarik serta professional menggunakan platform PowerPoint dan Canva. Taklimat telah disampaikan oleh En. Wan Ahmad Nizamuddin dan Cik Nur Naylliesa



BENGKEL PEMANTAPAN STRATEGI DAN HALA TUJU 2025 UPKA

20 Disember 2024

Bengkel Pemantapan Strategi dan Hala Tuju Unit Pentadbiran dan Kemudahan Am 2025 diadakan bertujuan bagi memperkukuhkan keupayaan unit dalam merancang dan melaksanakan inisiatif yang lebih berkesan dalam mencapai visi dan misi organisasi pada tahun 2025.

Dalam bengkel ini, pelbagai cadangan penambahbaikan telah dibincangkan dengan terperinci, termasuk langkah-langkah inovatif dan praktikal yang mampu meningkatkan kecekapan operasi unit, serta memperbaiki tahap penyampaian perkhidmatan kepada pihak berkepentingan





Beach Cleanup @ Pantai Kemasin Bachok

10 Oktober 2024

Dalam mendukung agenda kelestarian universiti, seramai 9 orang staf UPKA telah mengambil langkah proaktif dengan menyertai program Beach Clean-Up anjuran Jawatankuasa Kelestarian Hospital yang diadakan di Pantai Impian, Kemasin, Bachok. Program yang berlangsung setengah hari ini bertujuan memupuk kesedaran terhadap kepentingan menjaga kebersihan kawasan Pantai sekaligus melindungi ekosistem marin.

Para peserta dibahagikan kepada 10 kumpulan dan ditugaskan untuk membersihkan kawasan pantai dengan mengumpulkan sampah sarap di sekitar pantai. Pada akhir program, sebanyak 373 kilogram sampah berjaya dikumpulkan sekaligus membawa perubahan yang lebih positif kepada ekosistem laut.





10 Disember 2024

Bahagian Pengurusan Aset UPKA telah mengadakan satu gotong-royong mengemas fail-fail aset di stor fail UPKA. Aktiviti ini bertujuan untuk meningkatkan sistem penyimpanan fail agar ruang penyimpanan fail sentiasa teratur, bersih dan mampu menampung kewujudan fail baharu.

Kesemua staf bahagian Pengurusan Aset UPKA turun padang bagi menjayakan program ini dan memastikan agar gotong-royong berjalan dengan lancar dan dapat diselesaikan dengan jayanya. Aktiviti seumpama ini bukan sahaja mempertingkatkan kemudahan penyimpanan fail, tetapi juga mengukuhkan semangat kerjasama dalam kalangan kakitangan.



Kemurungan

Pembunuh Jiwa

Pemusnah Kebahagiaan

► Oleh: En. Muhamad Syakirin Hakim

Kemurungan semakin menjadi isu kesihatan mental yang membimbangkan di Malaysia, menjejaskan individu dari pelbagai lapisan masyarakat. Dahulu dianggap sebagai topik yang sensitif, perbincangan mengenai kemurungan kini semakin meluas berikutan peningkatan kesedaran dan statistik yang membimbangkan.

Depresi Di Malaysia

Walaupun jumlah kes semakin meningkat, kemurungan masih sering disalah tafsir, menyebabkan ramai individu enggan mendapatkan bantuan profesional. Faktor seperti tekanan sosial, kepercayaan budaya, dan kekurangan sumber kesihatan mental turut memburukkan keadaan. Jika tidak dirawat, kemurungan boleh memberi kesan serius terhadap kesejahteraan emosi, produktiviti kerja, dan hubungan sosial seseorang, malah boleh membawa kepada kecederaan diri dan bunuh diri.

Data terkini daripada National Health and Morbidity Survey (NHMS) 2023 menunjukkan bahawa kira-kira satu juta rakyat Malaysia berumur 15 tahun ke atas mengalami kemurungan, yang merangkumi 4.6% daripada kumpulan umur ini.

Peningkatan ini menunjukkan bahawa isu kesihatan mental semakin membimbangkan di negara ini.

Faktor & Sebab

Kemurungan adalah penyakit yang kompleks dan boleh berpunca daripada pelbagai faktor:

- **Faktor Biologi:** Genetik, ketidakseimbangan kimia dalam otak, dan perubahan hormon boleh meningkatkan risiko kemurungan.
- **Faktor Psikologi:** Tekanan yang berpanjangan, trauma, atau ciri-ciri personaliti seperti harga diri yang rendah boleh menyumbang kepada kemurungan.
- **Faktor Persekitaran:** Pengalaman seperti penderaan, keganasan, atau kemiskinan boleh meningkatkan kerentanan seseorang terhadap kemurungan.



Rawatan & Pencegahan

Kemurungan boleh dirawat, dan beberapa kaedah rawatan yang berkesan termasuk:

- **Gaya Hidup Sihat:** Aktiviti fizikal yang konsisten, pemakanan seimbang, tidur yang mencukupi, dan teknik pengurusan tekanan boleh membantu pemulihan kemurungan.
- **Sistem Sokongan:** Berinteraksi dengan kumpulan sokongan atau mendapatkan kaunseling boleh memberi dorongan dan motivasi kepada pesakit.



Konklusi

Kemurungan merupakan masalah kesihatan awam yang serius di Malaysia, dengan peningkatan kes yang membimbangkan. Mengenali simptom, memahami punca, dan mendapatkan rawatan yang sesuai adalah langkah penting dalam menangani masalah ini.

Usaha berterusan dalam pendidikan, penghapusan stigma, serta peningkatan akses kepada rawatan kesihatan mental amat diperlukan untuk memastikan kesejahteraan rakyat Malaysia.

Pencapaian UPKA 2024

Pelancaran Buku Perkhidmatan Dobi Hospital USM

Dilancarkan pada 5 Mac 2024 bersempena dengan Majlis Perutusan Pengarah Hospital USM sebagai salah satu medium penyampaian maklumat serta pendedahan kepada pihak tertentu berkaitan berkenaan dengan tatacara dan prosedur pengendalian linen di hospital.



3 Staf daripada UPKA



3 Staf daripada Perkhidmatan Dobi

Anugerah Perkhidmatan Cemerlang (APC) 2024

Seramai 6 orang staf menerima APC bagi tahun 2024

Penyediaan Dan Pelaksanaan Borang Opsyen SSPA

Sebanyak hampir 10,000 borang melibatkan hampir 4,000 staf di Hospital Pakar USM berjaya diselesaikan dan diagihkan kepada pihak-pihak berkaitan sepenuhnya.



Biodata

Puan Hasni Hassan dilahirkan pada 18 Januari 1965 di Kuala Terengganu dan dibesarkan di Pasir Mas, Kelantan. Beliau merupakan anak ke-8 daripada Sembilan adik-beradik dan menamatkan pengajian dalam Sains Kesetiausahaan di ITM Kem Kijang Kelantan pada tahun 1988. Mendirikan rumah tangga pada tahun 1992 dan dikurniakan tiga (3) orang cahaya mata.



Santai Bersama Puan Hasni Binti Hassan



Kerjaya

Beliau memulakan kerjaya di sektor swasta sebelum dilantik sebagai Pembantu Tadbir Kesetiausahaan di Pusat Pengajian Sains Perubatan (PPSP), USM pada 1 Mac 1993. Sepanjang perkhidmatannya, beliau ditempatkan di beberapa jabatan termasuk Jabatan Pediatrik, Jabatan Surgeri, Pejabat Timbalan Dekan PPSP dan Pentadbiran Hospital USM.

Jabatan pada masa itu beliau telah dilantik semula ke jawatan tersebut tetapi bertaraf sementara. Dalam tempoh sementara beliau tidak putus asa saban tahun beliau telah menduduki peperiksaan akhirnya lulus dan beliau telah memohon agar dilantik semula. Alhamdulillah beliau telah dilantik semula pada 16 Ogos 2004 dan disahkan dalam jawatan pada 1 Ogos 2007.

Pengalaman Kerja

Pengalaman manis adalah beliau telah banyak membantu menguruskan konferen antaranya adalah National Conference of Medical Sciences yang menjadi acara tahunan PPSP. Disamping itu juga beliau telah mengendalikan urusan Pemeriksa Luar untuk Peperiksaan Sarjana Perubatan dan Doktor Perubatan dengan jayanya. Beliau telah mendapat pengiktirafan APC daripada USM pada tahun 2002, 2007, 2016 dan 2022 setelah 31 tahun berkhidmat disini.

Pengalaman pahit adalah beliau tidak lulus peperiksaan PT(S/USHA) U Kederasan 80PSM (BM) untuk pengesahan jawatan sehingga beliau telah diberi pelanjutan berdenda dan ditamatkan perkhidmatan pada 17 April 1998. Tetapi di atas sokongan Ketua

Penempatan paling lama beliau berkhidmat adalah di Pejabat Timbalan Dekan PPSP iaitu selama 25 tahun di mana beliau telah berkhidmat untuk empat (4) Timbalan Dekan. Kini beliau berkhidmat sebagai Setiausaha Pejabat N32 (KUP) di Unit Pentadbiran dan Kemudahan Am dan akan menamatkan berkhidmatan pada 18 Januari 2025.





Sekilas Penerbitan Buletin 2024

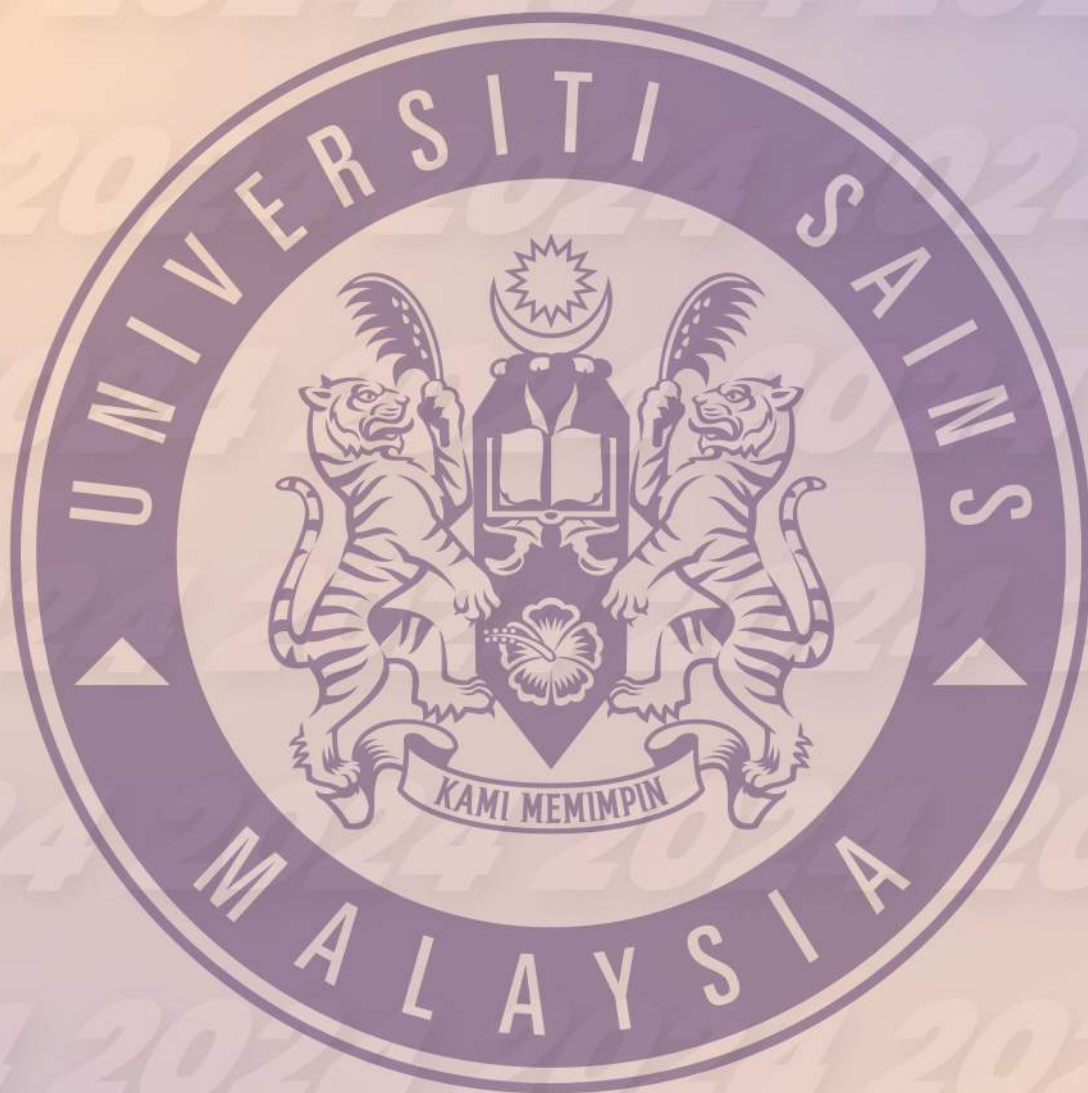
Edisi Januari - April 2024



Edisi Mei - Ogos 2024







DITERBITKAN OLEH:
UNIT PENTADBIRAN & KEMUDAHAN AM
www.hospital.usm.my