



Bahagian Pembangunan Sumber Manusia  
Pejabat Pendaftar, UPM  
Kursus Pasca Peralihan Kerjaya (Persaraan) 2019  
The Straits Hotel & Suites, Melaka  
13 November 2019.

# TANGGUNGJAWAB BAKAL PESARA KEPADA ORGANISASI

Profesor Emeritus

Dato' Dr Sheikh Omar Abdul Rahman

SOAR Consultings Sdn Bhd

[drsoar@gmail.com](mailto:drsoar@gmail.com)

# MAJLIS ILMU

SATU PELUANG UNTUK  
TRANSFORMASI DIRI

# TRANSFORM DIRI

1. daripada **tak tahu** kepada **tahu**
2. daripada **tak percaya** kepada **percaya**
3. daripada **tak mahu** kepada **mahu**
4. daripada **tak seronok** kepada **seronok**

# RAISE OUR ENERGY LEVEL!!!

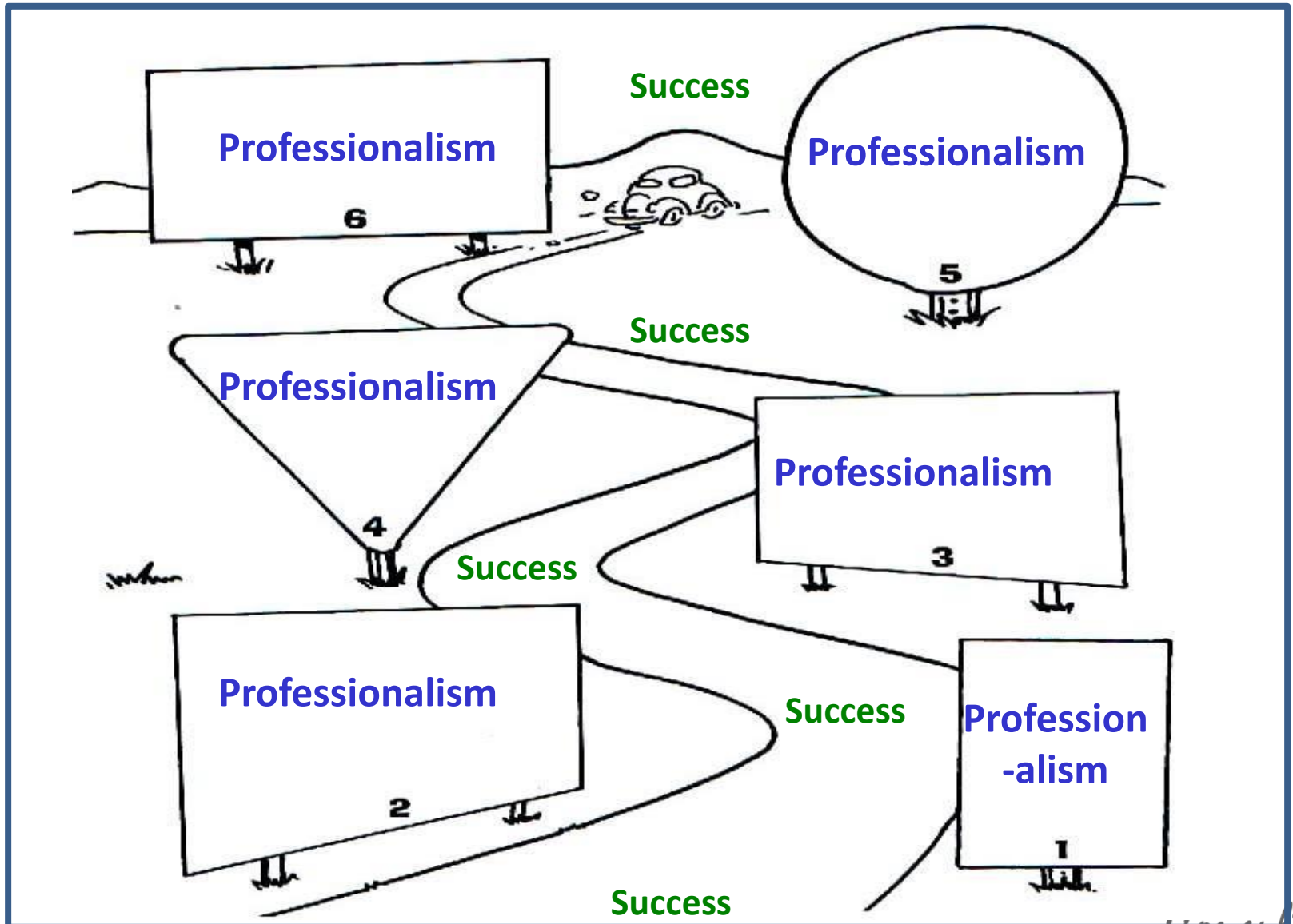
**'It is a GREEEAAAAT Day'**

- Raise your Energy Level to create enthusiasm
- Enjoy & Love what you do.

# PERJALANAN HIDUP



# PERJALANAN HIDUP



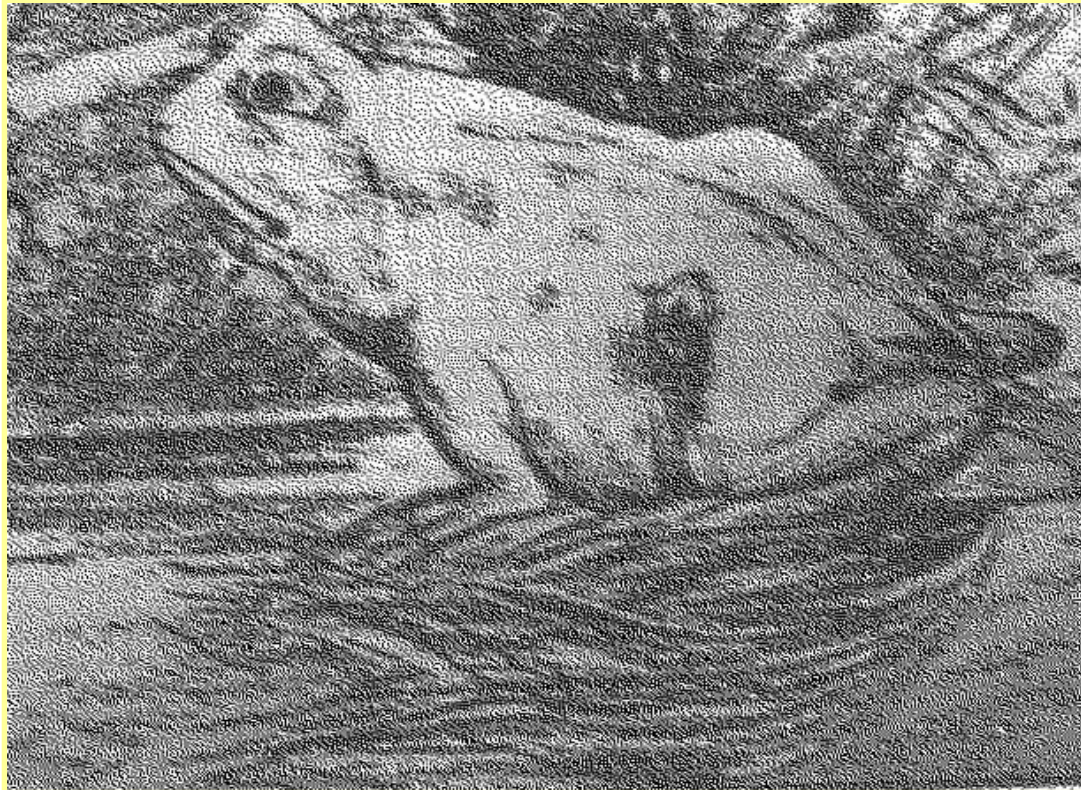
A scenic landscape featuring a winding asphalt road that curves through lush green hills. The sky is a vibrant blue with scattered white clouds. In the distance, more hills and mountains are visible under the same sky. The overall scene is bright and clear, suggesting a sunny day.

**SEKIRANYA ANDA TAK TAHU NAK KE MANA**

**AMBIL LAH JALAN MANA PUN ANDA  
AKAN SAMPAI...**

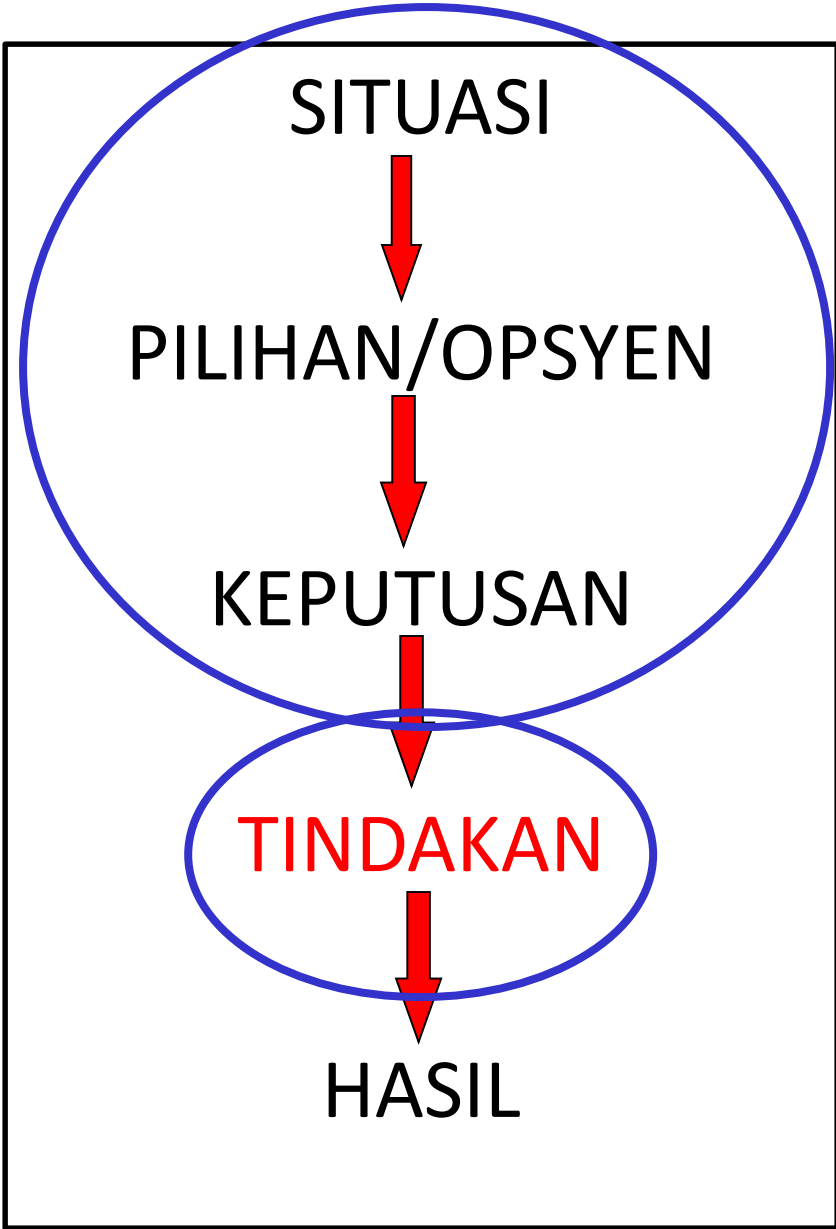
# PERSEPSI

## APA YANG ANDA NAMPAK?





PERJALANAN  
HIDUP



# PERJALANAN HIDUP SEMASA **BEKERJA**

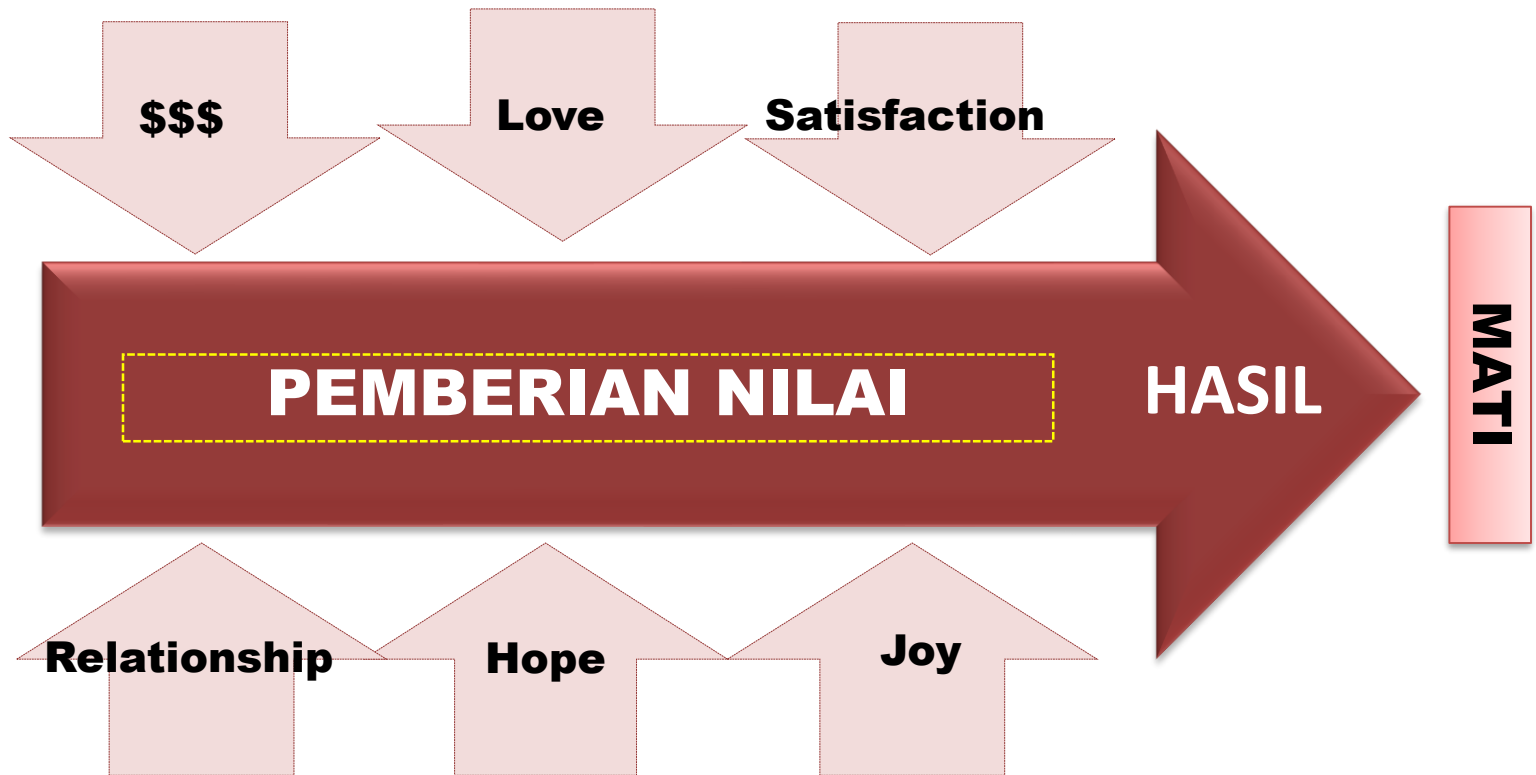


# PERJALANAN HIDUP SEMASA **NAK BERSARA**



**MASIH BEKERJA**

# PERJALANAN HIDUP SEMASA **PERSARAAN**



# MATLAMAT HIDUP SEBAGAI PEKERJA

1. Kerana **M**u **ALLAH** (tanda kesyukuran)
2. Kerana mu Malaysia (Kerana mu UPM)
3. Kerana mu mu (keluarga ku- menyara hidup)

# TANGGUNGJAWAB PEKERJA KEPADA ORGANISASI

KERANA MU UPM

#WeLoveUPM

*BUKTIKAN !!!!!*

SOAR 

Consultings

Soar to the Top with Distinction

MOVE UPM TO THE NEXT LEVEL  
= TRANSFORM UPM

# TRANSFORM

FROM  
GOOD  
TO  
GREAT



TRANSFORM

FROM  
ACCEPTABLE  
TO  
EXCEPTIONAL

TRANSFORM

FROM  
ACTIVITY (BUSY)  
TO  
PRODUCTIVITY

# ORGANISASI CEMERLANG (UPM)



# ORGANISASI LEMAH (Bukan UPM)



LOOK AT THESE CHICKEN.  
THEY ARE VERY COMFORTABLE





# KEHIDUPAN

- Manusia hidup dengan kemampuan merencana.  
(man live by **design**)
- Haiwan dan tumbuhan hidup terencana.  
(animals and plants live by **default**)

# TIGA POTENSI MANUSIA

1. Jasad
2. Akal/Minda
3. Hati

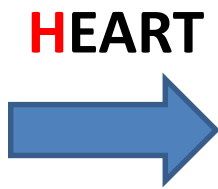


# MODAL INSAN

- expertise
- experience
- energy
- excitement
- empathy
- ethical

**3H**

**HEAD**



**HAND**

**JATI DIRI**



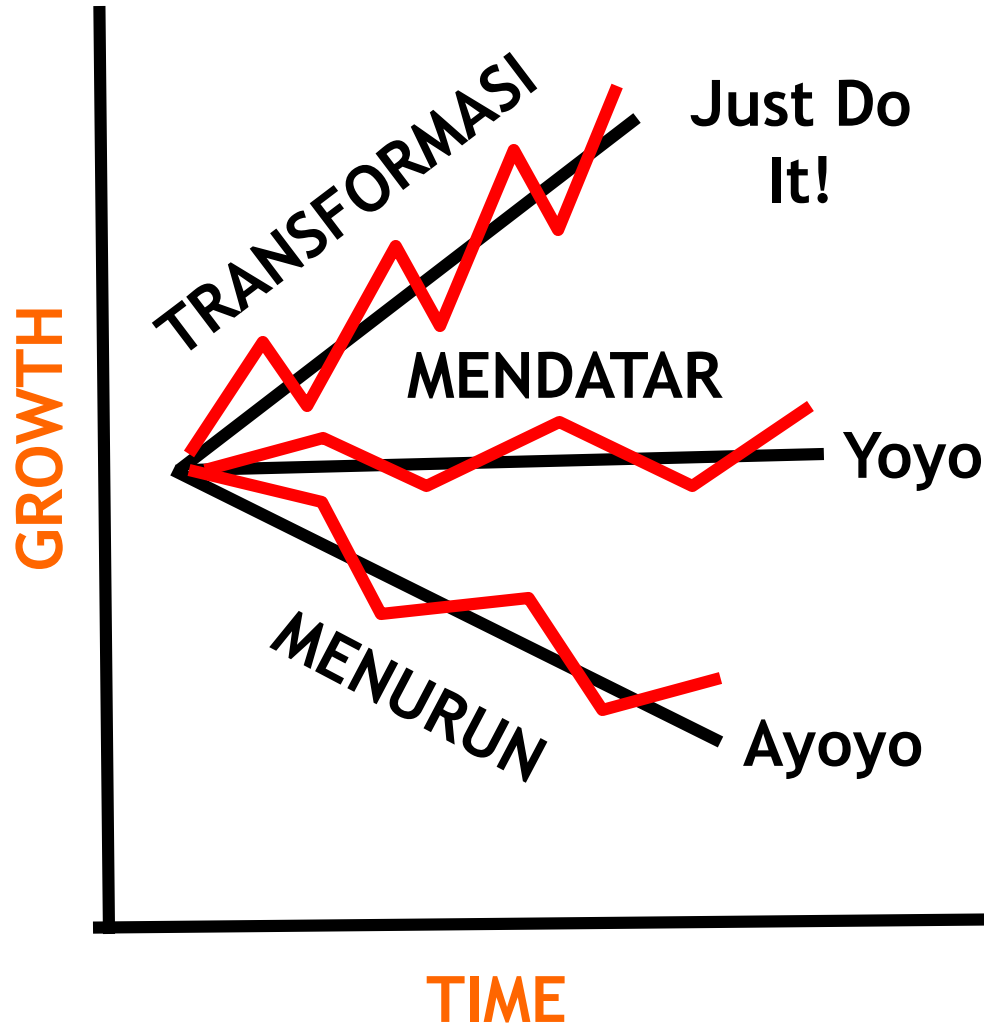
**PRESTASI  
TINGGI**

# AKAUNTABILITI?

1. Keputusan yang kita buat
2. Tindakan yang kita ambil
3. Apa yang kita hasilkan (akibat)

# GOLONGAN2 MANUSIA

# 3 GOLONGAN MANUSIA



# 3 GOLONGAN MENGIKUT KEPUTUSAN YANG MEREKA AMBIL KEPADA PELUANG

1. YES Please!
2. Yes, But.....
3. No TQ

# 3 GOLONGAN MENGIKUT TOPIK PERBUALAN MEREKA

1. cakap pasal **IDEA**
2. cakap pasal **PERISTIWA**
3. cakap pasal **ORANG LAIN**

# 3 GOLONGAN MENGIKUT PERANGAI MEREKA

1. Melakukan sesuatu
2. Menonton sesuatu
3. Menyoal apa yang telah berlaku



# TAHAP PENERIMAAN IDEA BARU DAN PERUBAHAN

- |             |  |
|-------------|--|
| + 3 Komited | - Itu idea yang baik, ayuh kita laksanakan |
| + 2 Ghairah | - Aku setuju; aku akan cuba                |
| + 1 Minat   | - Itu idea yang baik; aku berminat         |

0 *BEBAS*

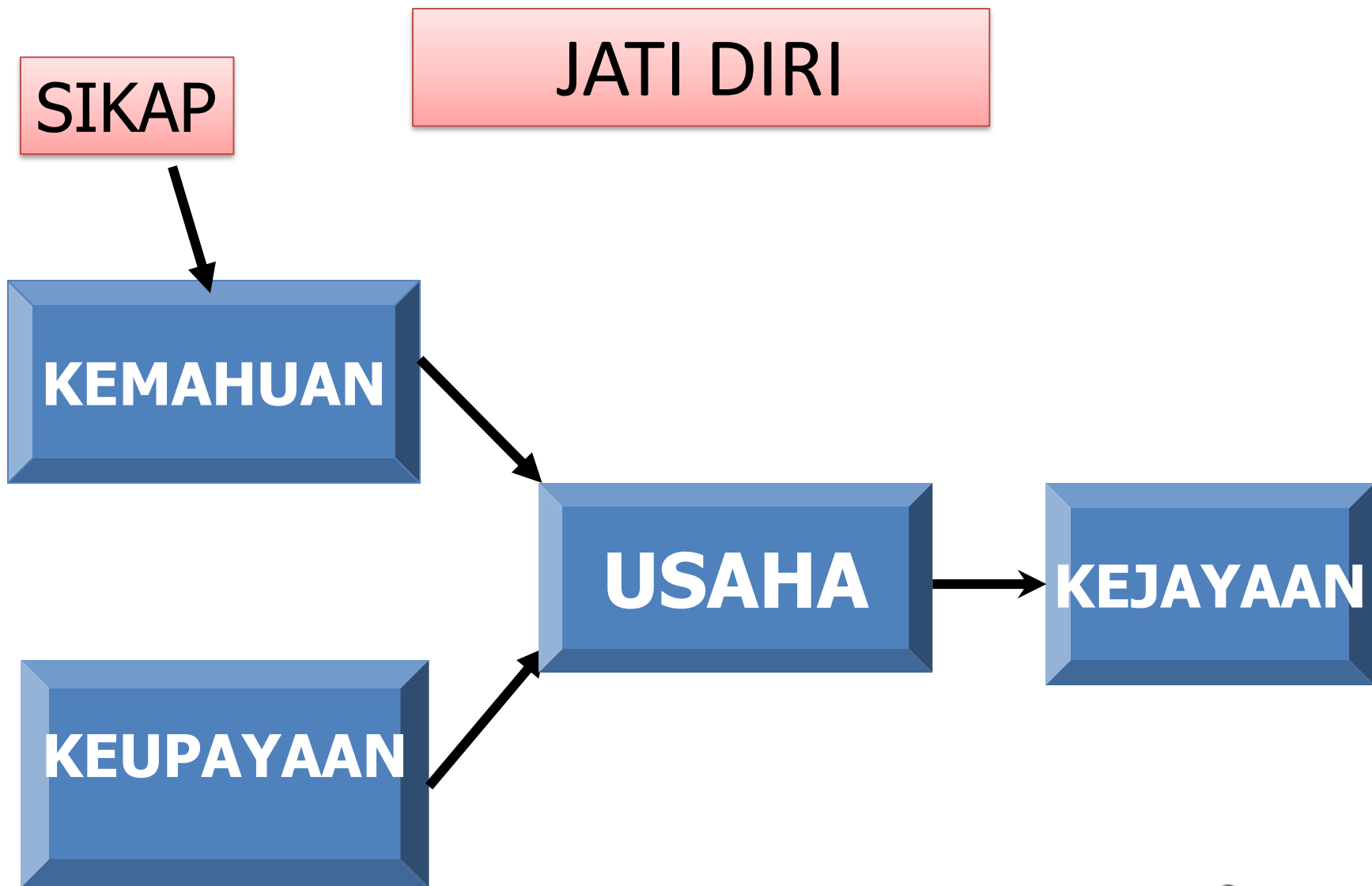
*IDEA (KECEMERLANGAN)*

- |             |   |
|-------------|---|
| -1 Apati    | - Aku tidak minat, aku tiada masa, idea ini boring, nanti aku fikirkan. |
| - 2 Skeptik | - Ragu-ragu; idea tak baik  |
| - 3 Benci   | - Jangan jadi bodoh; jangan buang masa aku !!!                          |

**PERLU PERKUATKAN JATI DIRI**

# JATI DIRI

- **Jati diri** ialah diri kita yang **sebenarnya**, yang **tulin** (authentic, genuine).



# PENINGKATAN JATI DIRI

## Tingkatkan

- Daya fikir (dilahirkan 10/10)
- Daya saing
- Daya maju
- Daya tahan
- Daya zikir

# MEMPERKUATKAN JATI DIRI

- lakukanlah apa yang membuat kita bahagia
- gunakan kelebihan kita sekerap mungkin
- hindari hal-hal yang membuat kita tidak bahagia
- hindari kelemahan kita

# MEMPERKUATKAN **JATI DIRI**

- Kita kenal diri sendiri dan menggunakan **jati diri** untuk kejayaan abadi dan kebahagiaan sejati dunia dan akhirat.

# MEMPERKUATKAN JATI DIRI

- Kita mampu perkuat jati diri apabila kita **sedar** tentang:
  - kekuatan yang sudah tersedia ada dalam diri kita dan
  - peluang-peluang yang ada di hadapan kita.



# MEMPERKUATKAN JATI DIRI

Sentiasa **sedar** bahawa:

- kita dilahirkan untuk berjaya
- untuk sesuatu itu berlaku, sebenarnya terpulung kepada kita
- kita beri yang terbaik, kita akan dapat yang terbaik.

# MEMBENTUK SET MINDA JUARA

**Tiga** ciri penting:

1. tenaga tahap tinggi
2. sentiasa mahu yang lebih baik
3. tidak tahu erti putus asa.

# TIGA JENIS MINDA

1. Ligat (selesa berfikir)
2. Lembab (perlahan berfikir)
3. Lesu (rela mati dari berfikir)

# BAKAL PERSARAAN

**APA ERTI BAKAL PESARA?**

**= MASIH BERKHIDMAT**

**= MASIH BERGAJI DENGAN  
SEGALA KEMUDAHAN**

# PERJALANAN HIDUP SEMASA **NAK BERSARA**



**MASIH BEKERA**

# TANGGUNGJAWAB BAKAL PESARA KEPADA ORGANISASI

Serupa semasa masih berkhidmat



# CIRI-CIRI PEKERJA (BAKAL PESARA) YANG CEKAP

- Memahami apa yang hendak dilaksanakan
- Memahami matlamat kerja yang hendak dicapai
- Memahami prosedur dan peraturan kerja serta akta yang terlibat
- Memahami akibat atau kesan apabila tidak melaksanakan dengan tepat



# CIRI-CIRI PEKERJA (BAKAL PESARA) YANG CEKAP

- Memahami kehendak pelanggan dan “stakeholder”
- Memahami sumber-sumber yang ada dan perlu digunakan
- Memahami tempoh waktu untuk menyempurnakan tugas

# CIRI-CIRI PEKERJA (BAKAL PESARA) YANG CEKAP

- Mengambil kira pandangan orang lain dalam membuat keputusan;
- Membuat perancangan kerja dengan teliti;
- Mencari seberapa banyak alternatif sebelum membuat keputusan;
- Memilih keputusan yang tepat dan terbaik;
- Membuat keputusan yang telus;

# CIRI-CIRI PEKERJA (BAKAL PESARA) YANG CEKAP

- Berfikir berpandukan kepada akal dan bukan emosi
- Melaksana apa yang telah diputuskan dengan betul dan tepat dalam jangka waktu yang ditetapkan
- Membuat penilaian keberkesanan pelaksanaan
- Mempunyai kesihatan yang baik dan bertenaga.

# KEBERKESANAN KERJA BERKUALITI

- tepat dan betul
- tiada kecacatan
- mengikut spesifikasi
- memuaskan hati pelanggan
- dihasilkan dalam waktu yang dikehendaki atau lebih awal
- menepati bilangan yang dikehendaki atau melebihi daripada sasaran
- dihasilkan berasaskan kepada sumber-sumber yang telah diperuntukkan

# EMPAT CIRI UTAMA PEKERJA CEMERLANG

# EMPAT CIRI UTAMA BAGI MENGHAYATI BUDAYA KERJA PRESTASI TINGGI

1. **menganggap kerja** sebagai tuntutan keagamaan dan **ibadah**.
2. **mempunyai akhlak yang baik**, yang membentuk keelokan dalam diri kita supaya berhemah, bercakap benar, menepati janji dan bersifat jujur dalam apa jua tindakan.

# EMPAT CIRI UTAMA BAGI MENGHAYATI BUDAYA KERJA PRESTASI TINGGI

3. **memiliki disiplin yang tinggi**, khususnya terhadap pengurusan masa, pengurusan kuasa dan pengurusan perkhidmatan kepada pelanggan.
4. **menepati semangat tauhid** yang menjurus kepada kesatuan dalam matlamat dan penghayatan roh syura dalam tindakan bermesyuarat.

SENTIASA CEMERLANG  
SEBAGAI SATU TANDA KESYUKURAN



# BERKHIDMAT UNTUK NEGARA

**Kesanggupan** berkhidmat kepada negara dengan:

1. **Keikhlasan** – lambang kesucian hati
2. **Kerelaan** lambang kebebasan diri sendiri untuk **memilih** perkhidmatan tanpa dipaksa oleh sesiapa
3. **Kesetiaan** melambangkan pembulatan tekad serta kemahuan yang tidak berbelah bagi untuk berbakti kepada negara

# BUDAYA KERJA CEMERLANG

Cara pekerja berfikir, berkelakuan, dan bekerja untuk mencapai tujuan supaya dapat hidup dengan BAIK, MAKMUR DAN SEJAHTERA

# PEKERJAAN

- Tempat kerja adalah tempat kita :
  - hidup
  - bekerja
  - berfikir,
  - berinteraksi,
  - berkomunikasi,
  - menambah ilmu, kemahiran dan pengalaman
  - mendapat kebahagiaan dan keseronokan

# PERKHIDMATAN BERKUALITI, KECEMERLANGAN ORGANISASI

Bermula dan Berakhir dengan **Individu**  
(Tabiat dan Sikap)

# KEPENTINGGAN SIKAP

- Sikap adalah segala-galanya  
(Attitude is everything)
- Ubah sikap anda, anda akan ubah hidup anda!  
(Change Your Attitude, You Change Your Life!)

# KEJAYAAN

Sesuatu perkara yang dibuat atau dilaksanakan mendapat **hasil yang baik** pertama kali dan terus berulang kali.

# KECEMERLANGAN

- Peningkatan ke tahap yang lebih tinggi.
- Satu usaha berterusan dan terus berubah mengikut keadaan semasa.

# KECEMERLANGAN

Sesuatu kerja yang dilaksanakan beberapa kali mencapai kejayaan berulang kali oleh individu, maka lahirlah perasaan puashati dan bangga.



# KEBAHAGIAAN

Nikmat rasa puashati dan bangga setelah mencapai KEJAYAAN dan KECEMERLANGAN kepada diri sendiri, keluarga, organisasi dan masyarakat setempat.

# ERTI KEBAHAGIAAN

1. **Menerima** ganjaran kebendaan
2. **Menerima** penghargaan
3. **Memberi** khidmat (ihsan)

# BERSYUKUR

Penting bagi insan yang ingin mencapai kejayaan, kecemerlangan dan kebahagiaan

# BERSYUKUR

- Memberi yang terbaik sebagai tanda kesyukuran
- Redha dengan apa yang diperolehi
- Cukup dengan apa yang dimiliki
- Tidak lupa daratan
- Tidak sara hidup di luar kemampuan

# PERSONALITI

Ciri-ciri unik seseorang.

- wajah
- tubuh badan
- bahasa
- sikap
- nilai
- pembawaan diri

# ETIKA KERJA ISLAM

## 1. Mendapat Keredaan Allah

- Kebahagiaan di dunia
- Ganjaran di akhirat

# ETIKA KERJA ISLAM

## 2. Membersihkan Jiwa, Perwatakan dan Personaliti

- Kepentingan diri
- Ketahanan terhadap corrupt practices
- Ketahanan terhadap evil inclination
- Menilai diri secara berterusan
- Kesederhanaan

# ETIKA KERJA ISLAM

## 3. Disiplin Diri

- tekun mencapai kejayaan (al-falah)
- masa tidak dihabiskan tanpa faedah



# ETIKA KERJA ISLAM

## 4. Laksanakan Etika Islam

- sentiasa memikirkan kehadiran Allah
- amanah dalam kerja
- sabar dalam segala tindakan
- tidak terlalu cintakan dunia sehingga melupai akhirat.

# NILAI-NILAI UTAMA

- Bersyukur
- Amanah
- Bertanggungjawab
- Ikhlas
- Dedikasi
- Sederhana

- Tekun
- Bersih
- Berdisiplin
- Bekerjasama
- Berbudi Mulia

MENJADI INSAN YANG  
SENTIASA CEMERLANG

# INSAN YANG SENTIASA CEMERLANG

## Sentiasa

- memiliki tahap **kesyukuran** yang tinggi
- gembira
- membuat sekelilingnya gembira
- berkongsi kejayaan
- hargai apa yang ada

# BERSIKAP SEBAGAI ORANG YANG BERJAYA (DAN YANG GAGAL)

Yang **Berjaya** adalah Sebahagian daripada **Jawapan**  
(Yang **Gagal** adalah Sebahagian daripada **Masalah**)

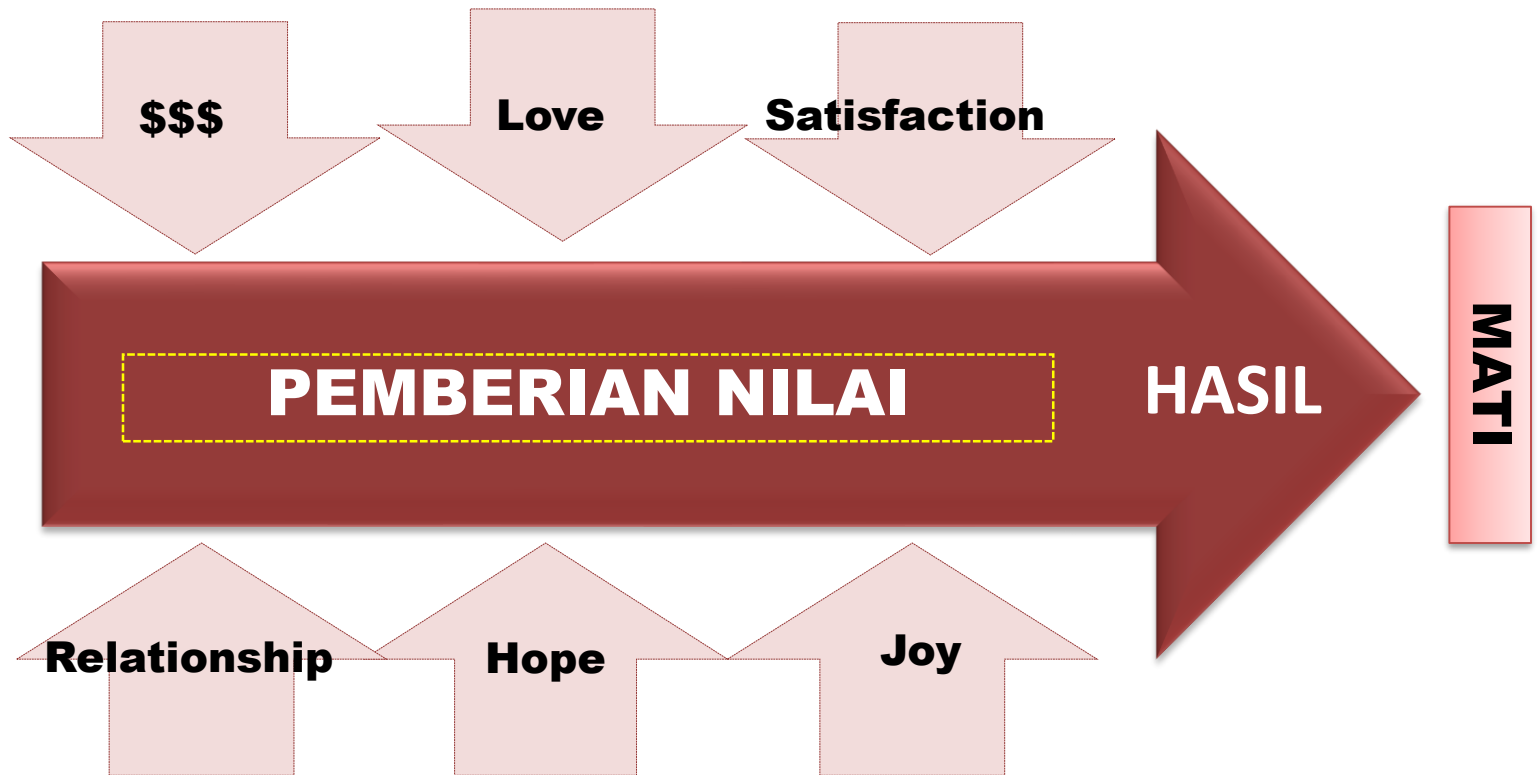
Yang **Berjaya** Mempunyai **Perancangan**  
(Yang **Gagal** Mempunyai **Alasan**)

Yang **Berjaya** Berkata; “Biar Saya Buat Untuk Anda”.  
(Yang **Gagal** Berkata, “Ini Bukan Kerja Saya”).

Yang **Berjaya** Berkata, “Agak Susuh Tapi Mampu Dibuat”  
(Yang **Gagal** Berkata, “Boleh Dibuat Tapi Sangat Susah”)

# PERSARAAN

# PERJALANAN HIDUP SEMASA **PERSARAAN**



# PERSARAAN

- Satu **fasa** yang akan dilalui oleh **setiap orang** yang bekerja sama ada secara sukarela (pilihan) atau tidak (wajib).
- perlu **terdorong** untuk
  - meneruskan kehidupan harian secara aktif,
  - boleh menghilangkan pelbagai kegusaran termasuk kerisauan tentang umur yang semakin meningkat.



# PERSARAAN

- Satu **pengakhiran** kepada sesuatu pekerjaan (dan permulaan usia tua).
- Satu **permulaan** perkara-perkara baru dan yang bermakna dalam kehidupan mereka.

# 5 TAHAP TRANSISI KE ALAM PERSARAAN

1. Peningkatan minat
2. Keterujaan awal
3. Sedikit tekanan
4. Penyesuaian diri
5. Penerimaan

# 6 JENIS PESARA

1. Orang yang meneruskan menggunakan kemahiran dan minat yang ada (**Continuers**)
2. Orang yang berminat pada cabaran dengan memulakan usaha yang baru (**Adventurers**)
3. Orang yang mencari meneroka pilihan atau peluang peluang baru menerusi kaedah mencuba (**Searchers**)

# 6 JENIS PESARA

4. Orang yang meluncur dengan mudah menikmati setiap hari masa berlalu tanpa merancang  
(Easy Gliders)
5. Orang yang memerhati dan mengambil tahu mengenai apa yang berlaku dalam persekitaran, tetapi kurang aktif melibatkan diri  
(Involved Spectators)
6. Orang yang mengundurkan diri dengan tidak memperdulikan atau mengambil tahu tentang persekitarannya (Retreaters)

# 2 KOMPONEN PERSARAAN

## 1. PRAKTIKAL

- berlaku perubahan kerjaya apabila seseorang tidak lagi perlu bekerja sepenuh masa dan bebas memilih corak hidup yang diinginkan.
- perlu
  - melakukan perancangan
  - belajar tentang kekuatan dan keutamaan sendiri
  - membuat **pilihan** ke atas perkara-perkara baru.

# 2 KOMPONEN PERSARAAN

## 2. EMOSI

- proses membiarkan pergi (**letting go**) dan
- menerima pembaharuan dalam kerjaya baru pula.
- pada mulanya mungkin bermacam-macam perasaan muncul seperti takut, tidak keruan, dan keliru
- apabila telah biasa dengan keadaan baru itu, **seronok** akan muncul.

# 2 KOMPONEN PERSARAAN

## 2. EMOSI

- mengambil masa antara 6 hingga 18 bulan untuk betul-betul dapat menyesuaikan diri dengan suasana baru.

# ISU-ISU PERSARAAN

- kerjaya
  - kesesuaian waktu persaraan
  - kepuasan kerja
  - perancangan bersara
  - ekspektasi terhadap persaraan
- menjaga cucu



# ISU-ISU PERSARAAN

- kesihatan
- kewangan
- dementia
- mengisi masa terluang
- matlamat kehidupan

# TANGGUNGJAWAB PEKERJA KEPADA ORGANISASI

KERANA MU UPM

#WeLoveUPM

*BUKTIKAN !!!!!*

SOAR 

Consultings

Soar to the Top with Distinction

# PERJALANAN HIDUP SEMASA **NAK BERSARA**



**MASIH BEKERJA**

# SELAMAT BERKHIDMAT UNTUK NEGARA

Professor Emeritus Dato' Dr Sheikh Omar A Rahman  
SOAR Consultings Sdn. Bhd.  
drsoar@gmail.com