

e-Dinamik

MAJALAH DIGITALAKADEMIA UiTM CAWANGAN JOHOR

eISSN: 2682-7832



EDISI KETUJUH 2025



اَوَّلُ رِسَالَةٍ تَكُونُ لَوَكِي مَارَا
UNIVERSITI
TEKNOLOGI
MARA



PERUTUSAN REKTOR

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh,
Salam Sejahtera dan Salam UiTM Dihatiku.

Segala puji bagi Allah SWT kerana dengan izin-Nya, Majalah Digital Akademia UiTM Cawangan Johor, e-DINAMIK Edisi 2025 dapat diterbitkan dengan jayanya. Syabas dan tahniah diucapkan kepada seluruh sidang editorial atas komitmen, ketekunan, dan dedikasi dalam memastikan penerbitan ini terus menjadi wadah intelektual yang bermakna.



Penerbitan e-DINAMIK bukan sahaja berfungsi sebagai medium dokumentasi hasil penulisan ilmiah, kreatif dan penyelidikan, malah menjadi platform penting bagi warga akademia untuk menyalurkan idea, pandangan, dan dapatan kajian dalam pelbagai bidang. Edisi kali ini tampil lebih segar dengan isu-isu semasa yang menyentuh pelbagai aspek global yang kian kompleks.

Saya percaya usaha ini mampu memperkukuh budaya penulisan akademik dalam kalangan pensyarah serta menyemarakkan amalan perkongsian ilmu merentasi sempadan disiplin. Melalui inisiatif ini juga, diharapkan lebih ramai pensyarah dan penyelidik dapat melangkah ke tahap yang lebih tinggi dalam menghasilkan penerbitan berimpak serta berindeks antarabangsa.

Sekalung penghargaan ditujukan kepada Timbalan Rektor (Penyelidikan dan Jaringan Industri) bersama pasukan editorial yang sentiasa konsisten memastikan kesinambungan penerbitan e-DINAMIK dari tahun ke tahun. Semoga majalah ini terus menjadi sumber inspirasi, rujukan dan motivasi kepada seluruh warga UiTM serta pembaca di luar sana.

Akhir kata, saya berharap e-DINAMIK 2025 ini akan terus menjadi medan ilmu yang dinanti-nantikan setiap tahun. Semoga segala usaha ini diberkati dan memberi manfaat buat semua.

Sekian, terima kasih.

PROFESOR MADYA DR. SAUNAH ZAINON

Menjalankan Fungsi Rektor
UiTM Cawangan Johor

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh dan Salam Sejahtera,

Alhamdulillah, setinggi-tinggi kesyukuran dipanjatkan ke hadrat Allah SWT kerana dengan izin dan rahmat-Nya, penerbitan Majalah Digital Akademia UiTM Cawangan Johor, e-DINAMIK Edisi 2025 dapat direalisasikan.



Saya ingin merakamkan penghargaan yang tidak terhingga kepada Yang Berusaha Prof. Madya Dr. Saunah Zainon, Rektor UiTM Cawangan Johor, atas sokongan dan dorongan yang berterusan dalam memperkasakan budaya penulisan serta penerbitan akademik di UiTM Cawangan Johor. Sesungguhnya, e-DINAMIK telah menjadi wahana penting untuk menyalurkan idea, mengasah bakat serta mendokumentasikan pelbagai bentuk penulisan merangkumi karya, kreatif, laporan aktiviti dan isu semasa yang berkaitan dengan warga akademia.

Lebih daripada sekadar sebuah majalah digital, e-DINAMIK merupakan cerminan kecemerlangan akademik UiTM Cawangan Johor, selain membuka ruang yang lebih luas untuk mengetengahkan pencapaian, keterlibatan komuniti, serta perkembangan fakulti dan jabatan di Kampus Segamat dan Kampus Pasir Gudang. Saya percaya usaha ini juga dapat meningkatkan visibiliti universiti di persada negara mahupun antarabangsa.

Penerbitan ini tidak akan berjaya tanpa komitmen padu sidang editorial serta sumbangan para penulis yang dengan ikhlas berkongsi masa, tenaga, dan ilmu demi menjayakan hasrat murni ini. Saya amat berharap inisiatif sebegini dapat menyemarakkan lagi minat warga akademia untuk terus berkarya serta menghasilkan penulisan bermutu tinggi yang memberi manfaat kepada masyarakat.

Akhir kata, sekalung tahniah dan syabas kepada semua pihak yang terlibat dalam menjayakan penerbitan e-DINAMIK Edisi 2025. Semoga usaha ini berterusan dan menjadi sumber inspirasi kepada semua pembaca.

Sekian, terima kasih.



DR. FARIDAH NAJUNA MISMAN

Timbalan Rektor (Penyelidikan & Jaringan Industri)
UiTM Cawangan Johor



PENAUNG

Profesor Madya Dr. Saunah Zainon

PENASIHAT

Dr. Faridah Najuna Misman

PENYELARAS

Dr. Nur Fatihah Shaari
Dr. Noor Hidayah Ab Aziz

KETUA EDITOR

Aidarohani Samsudin

PENOLONG KETUA EDITOR

Dr. Fatin Farazh Ya'acob

EDITOR AKADEMI PENGAJIAN BAHASA

Zuraidah Sumery
Farhana Idris
Siti Aishah Taib

EDITOR AKADEMI PENGAJIAN ISLAM KONTEMPORARI

Munirah Zakaria
Mohamad Zaki Razaly
Dr. Muhammad Fahmi Md Ramzan



SIDANG REDAKSI

EDITOR JABATAN UNDANG-UNDANG

Norintan Wahab
Zuramaznum Sainan

EDITOR FAKULTI PENGURUSAN DAN PERNIAGAAN

Ainol Mardhiyah Rahmat
Che' Khalilah Mahmood
Dr. Nur Fatihah Shaari
Dr. Suhana Mohamed
Ferri Nasrul
Mohamad Azwan Md Isa
Muharratul Sharifah Shaik Alaudeen
Norfariza Mohd Ali
Rosmah Abd Ghani @ Ismail
Ruziah A. Latif
Siti Noorhaslina Abd Halim
Siti Nordiyana binti Ishak
Zaibedah Zaharum

EDITOR FAKULTI PERAKAUNAN

Ahmad Marzuki Amiruddin Othman
Juyati Mohd Amin
Nurru Ain Fauzi
Nursia Yuhanis

EDITOR FAKULTI SAINS GUNAAN

Dr. Saiful Najmee Mohamad



EDITOR FAKULTI PENGURUSAN MAKLUMAT

Azura Abdul Jamil @ Kamarudzzaman
Rohayu Ahmad
Siti Hasma Hajar Mat Zin

EDITOR FAKULTI SAINS KOMPUTER DAN MATEMATIK

Haslenda Yusop
Dr. Nur Syamilah Arifin
Dr. Wan Munirah Wan Mohamad
Noraisyah Abdl Aziz

EDITOR FAKULTI KEJURUTERAAN

Azyan Zafyrah Mohd Zahid
Dr. Wan Nur Fazlina Abdol Jani
Noorashiekin Khalid
Mazni Mat Zin
Nurrul Amilin binti Zainal Abidin
Nurulnatisya binti Ahmad
Ts. Dr. Siti Aminah Nordin
Ts. Muhammad Imran Ismail

REKABENTUK DAN GRAFIK

Shahrul Amir Bin Shaheran
Mohamad Hanif Bin Awaludin



RAHSIA BACAAN AL-QURAN TERHADAP PSIKOLOGI DAN KESIHATAN

Muhammad Fahmi Md Ramzan, Nurfarhana Mohd Daud, Khadijah Amira Abdul Rashid

Dalam ilmu psikologi, terdapat pelbagai cara untuk menangani tekanan dan rasa gelisah. Antaranya ialah bersenam, beriadah, melakukan terapi dan sebagainya. Namun, terdapat satu kaedah yang sangat mudah untuk dilakukan kerana hanya melibatkan lidah dan lelangit. Kaedah ini dinukilkan oleh Tony Yuile di dalam blognya (Lihat: <https://wellingtonlifecoaching.co.nz/stressed-relax-your-tongue/>). Beliau menyarankan beberapa langkah berikut:

- i. Bayangkan terdapat sedikit titisan minyak zaitun yang diletakkan di hujung lidah (*tip of tongue*) anda.
- ii. Sekarang letakkan hujung lidah anda ke lelangit mulut (*roof of mouth*), di belakang gigi hadapan anda (seperti menyebut huruf L).
- iii. Bayangkan bahawa anda mengimbangkan titisan minyak, menahannya dalam kedudukan seperti itu.
- iv. Sekarang rasakan betapa tenang fikiran anda ketika anda melakukannya.

Berdasarkan kaedah yang dikemukakan, sebagai seorang Muslim hakikatnya kita tidak usah merasa terlalu aneh kerana penggunaan hujung lidah yang disentuh ke lelangit sangat sinonim dan berkait rapat dengan ucapan dan amalan seharian kita.

Hal ini terbukti apabila kita dianjurkan untuk memperbanyak menyebut lafaz Allah supaya timbul ketenangan dalam diri. Selain kesan spiritual, ternyata ia juga turut memberi kesan psikologi berdasarkan kaedah yang dikemukakan di atas. Apabila diperhatikan, lafaz Allah banyak menggunakan huruf Lam yang mana makhraj (tempat keluar) huruf tersebut adalah dari hujung sisi lidah bahagian hadapan yang disentuh pada lelangit persis seperti menyebut huruf L. Begitu juga bacaan tahlil "Laa Ilaaha illAllah" yang merupakan bacaan zikir utama, banyak menggunakan huruf Lam.



Selain itu, huruf Lam juga merupakan huruf yang paling banyak terkandung di dalam bacaan surah al-Fatihah dan merupakan huruf kedua terbanyak (selepas huruf Alif) di dalam al-Quran.

Secara umumnya, sewaktu membaca al-Quran, kita banyak menggunakan hujung lidah yang disentuh ke langit sewaktu menyebut sebahagian huruf-hurufnya. Oleh itu, tidak hairanlah amalan tersebut dapat memberi ketenangan kepada jiwa. Selain daripada pengaruh lantunan ayat-ayatnya yang kita baca, ternyata pengaruh pergerakan lidah sewaktu menyebut huruf-hurufnya juga mampu memberikan kesan positif terhadap psikologi.

Selain manfaat dari sudut psikologi, dengung yang terhasil sewaktu kita membaca al-Quran juga mempunyai manfaat dari sudut kesihatan. Menurut Syeikh Asyraf Ja'fari, mantan Imam Masjid al-Azhar, di dalam Daurah Tuhfatul Atfal, antara keajaiban al-Quran berdasarkan penelitian ilmiah adalah getaran yang berlaku di kepala sewaktu mengucapkan bacaan dengung (ghunnah) dapat menguatkan ingatan dan mencegah daripada penyakit nyanyuk.

Hakikatnya, membaca al-Quran dapat menghasilkan pelbagai manfaat bukan sahaja dari sudut spiritual, bahkan juga manfaat dari sudut psikologi dan kesihatan. Hal ini telah diajarkan lebih 1400 tahun yang lalu sebelum ianya dibuktikan melalui penelitian ilmiah pada masa kini.

Allah Ta'ala berfirman, "Dan sungguh, kamu akan mengetahui (kebenaran) berita (al-Quran) setelah beberapa waktu lagi." (Surah Sod: 88). Di ayat yang lain, Allah Ta'ala berfirman, "(Al-Quran) ini adalah pedoman bagi manusia, petunjuk dan rahmat bagi kaum yang meyakini." (Surah al-Jaathiyah: 2)

Wallahu a'lam.

