

Edisi Januari - Jun 2025

MITASA



*Suara*

# MITASA

*Adab Sebagai Asas  
Kecemerlangan Akademik  
dan Pembentukan Sahsiyah*

*Biar Wasiat Jadi  
Suara Terakhir*

*Merungkai Potensi:  
Prestasi Pekerja Dalam  
Era Kerja Jarak Jauh*

*Motivasi Diri Berdasarkan  
Penilaian Prestasi*

*Cabaran dan Keperluan  
Graduan Teknologi  
Maklumat Dalam Dunia  
Pekerjaan Masa Kini*

*"Selamat Ke Kita Ni?":  
Meneroka 'OSH'*

*Kursus Pengurusan Operasi  
Perkhidmatan - Membentuk  
Insan Adabi Cemerlang*



**PERJUANGAN YANG BERTERUSAN**



# Penilaian Risiko Tempat Kerja & Akta Keselamatan dan Kesihatan Pekerja (Pindaan 2022): MITASA Sedia Membantu

Dr Mohammad Ghazali Masuri  
Pensyarah Kanan Fakulti Sains Kesihatan

**M**ITASA dan perjuangan di dalam melindungi hak, maruah, dan kesejahteraan semua kakitangan akademik di UiTM tidak dapat dinafikan. Selain itu, 'kelahiran' MITASA di universiti ini adalah ingin memupuk sikap toleransi serta menjadikan tempat kerja yang adil dan saksama. MITASA juga secara berterusan berusaha mempromosikan keadilan sosial dan ekonomi untuk ahli-ahlinya. Bagi mencapai matlamat ini, MITASA sentiasa cakna dengan perubahan serta perundangan yang digariskan oleh pihak kerajaan.

## Kesihatan psikososial dan cabaran sebagai pensyarah

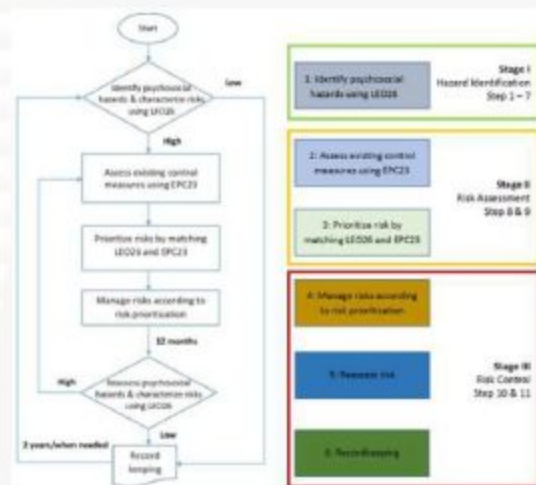
Menurut beberapa kajian yang dijalankan di seluruh negara, istilah 'kesihatan psikososial' merangkumi aspek mental, emosi, sosial dan rohani kesejahteraan. Ia juga melibatkan interaksi antara faktor psikologi dan sosial di tempat kerja. Secara umum kita menghabiskan sekitar 1/3 dari hari kita di tempat kerja. Ini secara langsung menjadikan tempat kerja sebagai sebahagian dari agen risiko. Risiko psikososial ialah gabungan kemungkinan berlakunya pendedahan kepada bahaya berkaitan kerja yang bersifat psikososial

dan keterukan kecederaan dan kesihatan yang buruk yang boleh disebabkan oleh bahaya ini (ISO 45003: 2021). Berikut adalah beberapa contoh risiko psikososial tempat kerja:

- **Beban kerja:** Beban kerja yang berlebihan atau tarikh akhir yang tidak realistik.
- **Konteks Kerja:** Komunikasi yang lemah, konflik atau kekurangan sokongan sosial.
- **Kandungan Kerja:** Tugasan monoton atau berulang.
- **Kawalan Kerja:** Kekurangan autonomi atau kuasa membuat keputusan.
- **Kejelasan Peranan:** Peranan atau tanggungjawab pekerjaan yang tidak jelas.
- **Budaya Organisasi:** Buli, gangguan atau diskriminasi.
- **Imbangan Kerja-Kehidupan:** Jadual kerja yang tidak fleksibel atau waktu kerja yang panjang.
- **Pembangunan Kerjaya:** Peluang terhad untuk pertumbuhan atau kemajuan.

Risiko psikososial boleh menyebabkan peningkatan tekanan, keletihan, kebimbangan, kemurungan, dan mengurangkan kepuasan kerja. Mereka juga boleh menyumbang kepada masalah kesihatan fizikal seperti masalah kardiovaskular. Organisasi mungkin mengalami penurunan produktiviti, peningkatan ketidakhadiran dan ketidakhadiran, kadar pusing ganti yang lebih tinggi, dan kerosakan reputasi jika risiko psikososial tidak diurus dengan berkesan. Sehubungan dengan itu, demi memastikan keselamatan, kesihatan dan kesejahteraan ahlinya, MITASA berusaha membantu pihak universiti secara tidak langsung dengan menjalankan penilaian risiko tempat kerja seperti mana yang digariskan oleh akta OSHA 1994 (Pindaan 2022). Sebagai contoh, tindakan aktif MITASA menjalankan penilaian risiko psikososial tempat kerja yang melibatkan ahlinya pada tahun lalu merupakan satu tindakan yang harus dipuji dan sejajar dengan keperluan akta di atas (yang pertama berdasarkan garis panduan PRisMA 2024). Ini dipandu oleh garis panduan penilaian dan pengurusan risiko psikososial tempat kerja (PRisMA 2024) seperti mana yang dihasilkan oleh Jabatan Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan (JKKP) Malaysia. Program saringan ini adalah berpandukan proses di bawah.

Untuk makluman pembaca sama ada sebagai majikan atau pekerja, berikut disertakan petikan akta tersebut yang menyatakan bahawa majikan adalah wajib menjalankan penilaian risiko tempat kerja.



Carta alir PRisMA 2024.

#### Duty to conduct and implement risk assessment

**18a.** (1) Every employer, self-employed person or principal shall conduct a risk assessment in relation to the safety and health risk posed to any person who may be affected by his undertaking at the place of work.

(2) Where a risk assessment indicates that risk control is required to eliminate or reduce the safety and health risk, the employer, self-employed person or principal shall implement such control.

(3) For the purposes of this section, "risk assessment" means the process of evaluating the risks to safety and health arising from hazards at work and determining the appropriate measures for risk control."

#### Amendment of section 19

**17.** Section 19 of the principal Act is amended—

- (a) in the shoulder note, by substituting for the words "or 18" the words ", 18, 18a or 18b";
- (b) by substituting for the words "or 18" the words ", 18, 18a or 18b"; and
- (c) by substituting for the words "fifty thousand" the words "five hundred thousand".

Petikan section 18B dan section 19 akta sama.

Sehubungan dengan itu, semua ahli sangat digalakkan menyuarakan dan memanjangkan aduan atau apa sahaja isu berkaitan psikososial tempat kerja kepada MITASA. Dengan saringan dan dapatan risiko, kita dapat membantu menjadikan antara satu sama lain. Ingin tahu lebih? Hubungi kami segera.



THE  
STARTING  
POINT  
OF ALL  
ACHIEVEMENT  
IS

DESIRE.

- Napoleon Hill