

PROGRAM INOVASI PSIKOLOGI MUZIK: *HAPPY DRUMMING*
KEMENTERIAN PERDAGANGAN ANTARABANGSA DAN INDUSTRI (MITI)

1. PENGENALAN

Berdasarkan kajian terkini daripada Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) tahun 2015, adalah didapati bahawa kadar kemurungan dan tekanan di tempat kerja kian meningkat dari tahun ke tahun. Gejala ini perlu dibendung agar tahap produktiviti penjawat awam dapat dikekalkan untuk berada di tahap yang baik.

Susulan itu, MITI melalui Unit Psikologi, Bahagian Pengurusan Sumber Manusia pada awal Oktober tahun 2016 telah mengenalpasti satu kaedah intervensi yang dikenali sebagai *Happy Drumming*. Kaedah ini dirasakan bersesuaian untuk mengurangkan tahap tekanan di kalangan warga MITI.

Mengikut **Pekeliling Perkhidmatan Bilangan 18 Tahun 2005, Panduan Aplikasi Psikologi Dalam Pengurusan Sumber Manusia Sektor Awam**; definisi “Intervensi” merujuk kepada langkah-langkah yang diambil dalam mewujudkan perubahan yang positif kepada pegawai.

Intervensi Psikologi Melalui Muzik merupakan satu inovasi intervensi yang menjadikan muzik sebagai medium bagi aktiviti-aktiviti psikologi dan kaunseling yang dijalankan. Ia dijalankan secara individu ataupun berkumpulan oleh Pegawai Psikologi untuk mencapai matlamat yang ditetapkan oleh klien. Contohnya, mengurangkan tahap tekanan atau mengekspresikan kemarahan.

Skop Intervensi Psikologi Melalui Muzik MITI merangkumi dua teknik:

- a) **Improvisasi Piano dalam kaunseling**
(Dilaksanakan secara Individu)
- b) ***Happy Drumming***
(Dilaksanakan secara Berkumpulan).



Sesi *Happy Drumming* bersama Datuk Seri J. Jayasiri sempena HR Open Day pada 3 November 2016.

2. TUJUAN

Pihak pengurusan MITI telah bersetuju untuk memasukkan sesi *Happy Drumming* dalam Pelan Transformasi Kementerian 2017 dalam usaha untuk menangani isu tekanan di tempat kerja di kalangan warga MITI.

Sesi *Happy Drumming* ini merupakan satu teknik Intervensi Psikologi Melalui Muzik yang dijalankan secara berkumpulan yang bertujuan untuk:

- 2.1. Mengurangkan tahap tekanan para pekerja dengan kaedah mengekspresikan emosi dan motivasi dalam sesi yang dijalankan.
- 2.2. Meningkatkan daya fokus dan daya pendengaran yang baik kerana di dalam sesi ini, para peserta perlu bersedia untuk menerima arahan daripada Pegawai Psikologi.
- 2.3. Merapatkan hubungan serta memupuk nilai hormat menghormati di kalangan rakan sekerja.
- 2.4. Dikendalikan secara dalaman melalui khidmat Pegawai Psikologi MITI.



Persembahkan *Happy Drumming* sempena Perhimpunan Perdana MITI, yang dirasmikan oleh Y.B Menteri, Dato' Seri Mustapa Mohamed pada 24 Januari 2017

3. PELAKSANAAN

3.1. Kaedah (Proses Sebelum dan Selepas)

Sesi intervensi rekreatif ini menggunakan peralatan muzik yang terdiri daripada *piano*, *drum* dan *percussion*. Para peserta akan terlibat secara aktif dalam menghasilkan ritma dan bunyian secara terapeutik. Pembukaan sesi, proses perjalanan dan penutup sesi ini akan dipimpin oleh Pegawai Psikologi.

Terdapat pelbagai teknik yang boleh dijalankan mengikut kesesuaian objektif terapi yang dijalankan. Penghasilan emosi positif dijangka dapat dilihat selepas tamatnya sesi *Happy Drumming*.

3.2. Sasaran Peserta

Untuk tahun 2017, sekurang-kurangnya enam (6) sesi *Happy Drumming* akan dijalankan secara berjadual. Peserta-peserta yang disasarkan adalah seperti berikut:

- a) **Warga Kerja MITI Ibu Pejabat**
- b) **Pegawai Kontrak, Pekerja Sambilan Harian dan Pelajar Praktikal**
- c) **Warga Kerja MITI Wilayah**
- d) **Orang Awam Yang Terlibat Dengan Aktiviti MITI**

3.3. Tempoh Masa

Masa yang diambil adalah lima belas (15) minit hingga dua (2) jam bagi satu sesi.

3.4 Profil Pengendali Program

Profil Pengendali Program adalah seperti di **Lampiran 1**.

3.5. Elemen Keberkesanan : Soal Selidik Pasca Sesi *Happy Drumming*

Selepas tamat sesi *Happy Drumming*, satu set soalan berkenaan keberkesanan sesi *Happy Drumming* akan diberikan kepada setiap peserta. Secara teorinya, penghasilan emosi positif dijangka dapat dilihat sebaik sahaja selepas tamatnya sesi *Happy Drumming*. Soal Selidik ini bertujuan untuk mengkaji kesan intervensi psikologi muzik melalui *Happy Drumming* dari segi penghasilan emosi positif.

Hasil pengumpulan maklumat ini akan dijadikan rujukan pihak Pengurusan MITI bagi keperluan perkhidmatan di masa akan datang.

4. **PENCAPAIAN / OUTCOME**

Happy Drumming ini telah memenangi tempat ketiga dalam **Anugerah Inovasi Psikologi Tahun 2016** semasa Persidangan Psikologi Perkhidmatan Awam 2016 yang lalu.

Selain itu, *Happy Drumming* juga telah menarik perhatian Radio Televisyen Malaysia (RTM) di mana MITI telah diberikan satu slot di dalam rancangan Selamat Pagi Malaysia yang **disiarkan secara langsung di TV1** pada 26 November 2016.

Sesi ini juga mendapat respon yang positif daripada pihak Pengurusan Tertinggi MITI terutamanya Menteri Perdagangan Antarabangsa dan Industri, Y.B Dato' Seri Mustapa Mohamed.



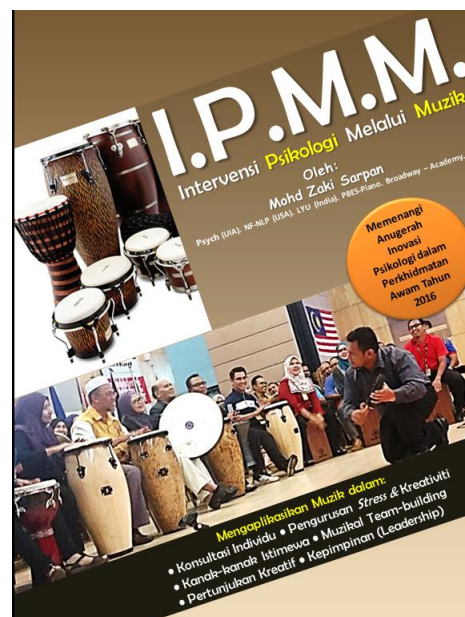
Aplikasi Intervensi Muzik semasa Persidangan Psikologi Perkhidmatan Awam 2016 bertarikh 4-6 Oktober 2016 di Presint 2 Putrajaya.



Aplikasi Intervensi Muzik telah disiarkan secara langsung dalam rancangan Selamat Pagi Malaysia (TV1) pada 26 November 2016

5. PERANTAIAN KE HADAPAN

BPSM MITI merancang untuk menghasilkan satu Buku Panduan Pelaksanaan Intervensi Psikologi Melalui Muzik merangkumi maklumat asas serta kaedah pelaksanaan intervensi ini.



Cadangan Muka Hadapan Buku Panduan Intervensi Psikologi Melalui Muzik

Lampiran 1 : Profil Pegawai



Program Intervensi Psikologi Melalui Muzik ini dijalankan oleh Mohd Zaki Sarpan, **Pegawai Psikologi MITI** yang mempunyai pengalaman lebih 8 tahun di dalam bidang pengaplikasian psikologi. Sijil & Akreditasi adalah seperti berikut:

- a) B.A (Hons) Psychology (**UIA**)
- b) Piano Improvisational Skill **PBES International**
- c) Certified NLP (Neuro - Linguistic Programming) Practitioner **NF-NLP (USA)**
- d) Certified Laughter Yoga Leader (**LYU - India**)
- e) Accelerated Learning Methodology (**IALP, USA**)

Selain itu, beliau juga merupakan Penulis Buku Teknik NLP [ISBN: 9789671394519].



Pegawai juga merupakan **Jurulatih Kelab Happy Drummers Malaysia** semenjak tahun 2016. Diantara kursus-kursus bidang muzik yang telah dihadiri oleh beliau ialah:

- a) Drama Strategies (**Broadway – Academy**)
- b) Choir Workshop by **Kate Sadler (Australia)**
- c) Djembe Drumming by **Alison SurrIDGE (House of Rhythm, England)**
- d) Voice training Level 1&2 **Estill International**
- e) Sound Of Healing Conference **St. Paul University Manila, Philippines**
- f) Angklung - Saung Udjo **Bandung, Indonesia**
- g) Japanese Okinawan Music (**ICOM Malaysia**)
- h) Harmony & Improvisation (**Berkley College of Music & ICOM**)