



Malaysia berpotensi jadi pusat rujukan terapi hutan di Asia Tenggara



Malaysia berpotensi menjadi pusat rujukan terapi hutan kerana kajian pertama berkaitan terapi hutan dijalankan oleh penyelidik daripada Universiti Putra Malaysia (UPM) dan ia juga telah menarik minat ramai penyelidik serta pengamal kesihatan untuk merujuk dan mendapatkan informasi daripada UPM.

Mereka mahu mengetahui bagaimana untuk menjalankan terapi hutan mengikut kesesuaian dan fasiliti sedia ada di negara mereka.

Penyelidik UPM telah menjalankan ujikaji keberkesanan terapi hutan terhadap golongan pelajar dan wanita berumur serta bekerja. Hasil dapatan kajian menunjukkan peningkatan tahap pengurangan tekanan sebelum dan selepas terapi hutan.

Malaysia juga memiliki hutan hujan tropika yang indah dan luas. Justeru, terapi hutan patut diterapkan dalam aktiviti eko-pelancongan negara.

Malaysia turut mempunyai banyak kawasan hijau yang berhampiran kawasan bandar yang boleh dijadikan lokasi untuk terapi hutan mengikut kesesuaian individu dan kumpulan.

Baru-baru ini, pengurusan Kolej 14 UPM dengan kerjasama Persatuan Sains Tanah Malaysia (MSSS) dan Tokyo University of Agriculture, Jepun mengadakan webinar antarabangsa bertajuk 'Forestry in Motion: Appreciating Green Space Around Us,' yang merupakan webinar pertama di Malaysia menentang kepentingan terapi hutan di Asia Tenggara.

LIHAT JUGA



Bengkel Magik maya pupuk minat kanak-kanak terhadap Sains (/berita/bengkel_magik_maya_pupuk_minat_kanak_kanak_terhadap_sains-61366)



Projek Agihan Buku Wakaf untuk golongan muallaf (/berita/projek_agihan_buku_wakaf_untuk_golongan_muallaf-61363)



Pelajar kreatif laksana kursus cara norma baharu (/berita/pelajar_kreatif_laksana_kursus_cara_norma_baharu-61361)



Universiti Putra Malaysia
 43400 UPM Serdang
 Selangor Darul Ehsan
 +603-9769 1000

 pspk@upm.edu.my (mailto:pspk@upm.edu.my)



Pembentang dalam webinar ialah Prof. Dr. Iwao Uehara (Jepun), Dr. Nor Akmar Abdul Aziz (UPM) dan Dr. Keeren Sundara Rajoo (UPM Kampus Bintulu, Sarawak) yang berkongsi pengalaman dan kemahiran bagaimana terapi hutan boleh dijalankan di kawasan hutan hujan tropika seperti Malaysia dan negara serantau.

Prof. Dr. Iwao Uehara berkata, terapi hutan dipraktikkan dengan kaedah intervensi aktiviti di dalam hutan yang menfokuskan kepada peningkatan kesihatan sendiri. Kaedah terapi hutan banyak diadakan di Jepun.

"Melalui terapi hutan, peserta bukan hanya belajar teknik amalan terapi hutan secara betul, tetapi juga dapat merasai pentingnya penjagaan alam sekitar," katanya.

Beliau berkata bahawa tidak mustahil untuk Malaysia mengadakan terapi hutan secara besar-besaran kerana negara ini mempunyai kawasan hutan yang besar serta banyak kawasan eko-pelancongan yang sesuai dijadikan lokasi terapi hutan.

Pengetua Kolej 14, UPM, Dr. Daljit Singh berkata Malaysia mempunyai banyak hutan dan kawasan hijau dalam bandar yang boleh dijadikan pusat terapi hutan.



Beliau yang juga ahli penyelidik terapi hutan berkata antara penyelidik berkaitan terapi hutan yang telah dijalankan oleh kumpulan penyelidik terapi hutan UPM adalah kesan terapi hutan terhadap pelajar institusi dan kesan meluangkan masa di taman bandar untuk wanita bekerja di pejabat.

"Hasil dapatan kajian menunjukkan kesan positif terhadap peserta daripada segi pengurangan kadar stress mereka.

"Sememangnya ramai yang menjalankan aktiviti luar rumah seperti mendaki dan jogging, namun ia tidak sama dengan terapi hutan yang lebih tertumpu kepada menjivai persekitaran hutan," katanya.

Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) menyebabkan aktiviti lapangan sedikit terbantut, namun terapi hutan boleh dilaksanakan di taman awam, taman dalam kawasan perumahan serta di kawasan rumah yang mempunyai pokok.

Kos menjalankan terapi hutan juga tidak tinggi kerana boleh dijalankan di kawasan hutan yang mudah

BM

Entiti Kami

Dokumen

Newsletter

Tetapan

dilawati. Namun, teknik pengedaran terapi hutan perlu mengikut keperluan peserta dan keadaan alam sekitar agar kesan positifnya dapat dirasakan peserta. - UPM

BM

Tarikh Input: 22/04/2021 | Kemaskini: 23/04/2021 | hairu_nizam

PERKONGSIAN MEDIA

(<https://www.addtoany.com/share?url=https%3A%2F>

[%2Fwww.upm.edu.my/2021/04/22/malaysia_berpotensi_jadi_pusat_rujukan_terapi_hutan_di_asia_tenggara-61336&title=Malaysia%20Berpotensi%20Jadi%20Pusat%20Rujukan%20Terapi%20Hutan%20Di%20Asia%20Tenggara%20%7C%20Universiti%20Putra%20Malaysia](https://www.upm.edu.my/2021/04/22/malaysia_berpotensi_jadi_pusat_rujukan_terapi_hutan_di_asia_tenggara-61336&title=Malaysia%20Berpotensi%20Jadi%20Pusat%20Rujukan%20Terapi%20Hutan%20Di%20Asia%20Tenggara%20%7C%20Universiti%20Putra%20Malaysia)
 (/#facebook) (/#twitter) (/#linkedin) (/#email) (/#copy_link) (/#wordpress)
 (/#print)

Entiti Kami

Dokumen

Newsletter

Tetapan

HUBUNGI KAMI

Universiti Putra Malaysia
 43400 UPM Serdang
 Selangor Darul Ehsan
 MALAYSIA

+603-9769 1000

pspk@upm.edu.my

TALIAN KECEMASAN
 BAHAGIAN KESELAMATAN UPM
 (24 JAM)
 03-9769 7990 | 03-9769 7470
 03-9769 1999

PERKHIDMATAN DALAM TALIAN

Sistem Permohonan ke Luar Negara
 (<http://bursar1.upm.edu.my/spln/>)

Sistem Ilmu Sumber Manusia
 (SISMAN)
 (<http://www.sisman.upm.edu.my/>)

KM Portal (<https://km.upm.edu.my/kmportalweb/portal/render.action?method=home>)

Jawatan Kosong
 (<http://spj.upm.edu.my/>)

Sistem Baik Pulih ICT
 (<http://learninghub.upm.edu.my/>)

Putra Learning Hub
 (<http://learninghub.upm.edu.my/>)

Sistem Pengurusan Perubatan
 (<http://regmedic.upm.edu.my/>)

Sistem E-Claim
 (<http://eclaims.upm.edu.my/login/>)

i-GIMS (staf)
 (<http://www.sps.upm.edu.my:8080/igims/index.jsp>)

i-GIMS (pelajar pascasiswazah)
 (<http://sgsportal.upm.edu.my:8080/sgsportal/>)

Sistem Maklumat Pelajar (pelajar prasiswazah)
 (<http://smp.upm.edu.my/smp/action/security/loginSmpSetup>)

PAUTAN LUAR

Kementerian Pendidikan Malaysia
 (<http://www.moe.gov.my/>)

Perbadanan Tabung Pendidikan
 Tinggi Nasional (PTPTN)
 (<http://www.ptptn.gov.my>)

Multimedia Super Corridor
 (<https://mdec.my/msc-malaysia/>)

Portal myGovernment
 (<https://www.malaysia.gov.my/en/home>)

Agensi Kelayakan Malaysia
 (<http://www.mqa.gov.my/>)

PAUTAN PANTAS

FAKULTI / PTJ / PENTADBIRAN (Entiti)

Statistik Transaksi Laman Web
 (<http://www.upm.edu.my/statistik>)

Tender & Kontrak (<http://etender.upm.edu.my/>)

Laporan Piagam Pelanggan (http://www.upm.edu.my/mengenal_kam/maklumat_korporat/piagam_pelanggan-8202)

Dasar UPM (http://www.pnc.upm.edu.my/mengenal_kam/dasar_universiti-5601)

Sistem Pengurusan ISO (http://reg.upm.edu.my/spk_upm/)

Dana Wakaf Ilmu (<http://www.wazan.upm.edu.my>)

Penerbitan UPM (http://www.upm.edu.my/kandungan/Penerbitan_UPM-29859)

Takwim UPM 2021 (https://www.upm.edu.my/upload/dokumen/20210421082600TAKWIM_UPM_2021_20.1.2021.pdf)

UPM Flywire (<https://landing-pages.flywire.com/landing/upm>)



(<http://putra.upm.edu.my>)



(<http://portal.upm.edu.my>)



(<http://www.pertanikajournals.upm.edu.my>)



(<http://www.learninghub.upm.edu.my>)



(<http://www.psssi.upm.edu.my/>)



(<https://smp.upm.edu.my/>)



(<http://sgsportal.upm.edu.my:8080/sgsportal/>)



(<http://eclaims.upm.edu.my/login/>)



(<http://reg.upm.edu.my/eISO/>)



(<http://emel.upm.edu.my>)

Dasar Privasi ([/footnote/dasar_privasi-29949](#)) Hakcipta ([/footnote/hakcipta-29950](#)) RSS ([/rss](#))
 Penafian ([/footnote/penafian-29938](#)) Bantuan ([/footnote/bantuan-29937](#))
 UPM online ([/footnote/upm_online-38695](#)) Dasar Keselamatan ([/footnote/dasar_keselamatan-29939](#))

© 2021 Universiti Putra Malaysia



LANGGAN MELALUI EMAIL **HANTAR**