PERSATUAN PESARA KERAJAAN SARAWAK | PPKS

BUKU RUJUKAN PENCERAMAH
AI SAHABAT DIGITAL PESARA

Memahami • Menguasai • Menggunakan secara bijaksana

Pengenalan • Tiga Bab Ilmu • Penutup

PROGRAM	MAKLUMAT
Kursus	Kursus Asas Kecerdasan Buatan (AI) 01/2026
Penganjur	Persatuan Pesara Kerajaan Sarawak (PPKS)
Tarikh / masa	Selasa, 20 Oktober 2026	2.00–5.00 petang
Tempat	Ibu Pejabat PPKS, Rumah Ramin, Jalan Reservoir, Kuching
Fasilitator	YBhg. Dr. Ishak bin Johari

Idea utama kursus: *AI ialah pembantu digital yang boleh mempercepat kerja dan pembelajaran, tetapi manusia kekal bertanggungjawab membuat keputusan, menyemak fakta dan menjaga privasi.*

Disediakan sebagai buku bacaan ilmu untuk penceramah Kursus Asas AI 01/2026. Maklumat program merujuk notis rasmi PPKS bertarikh 14 Oktober 2026.

PENGENALAN | MENGAPA AI PENTING KEPADA PESARA?

Tujuan buku dan cara membacanya

Buku ini ialah rujukan ilmu untuk penceramah, bukan skrip yang mesti dibaca perkataan demi perkataan. Ia menghimpunkan pemahaman teknologi, aplikasi dalam kehidupan, prinsip etika serta kaedah demonstrasi. Penceramah boleh membaca mendalam dan memilih cerita, analogi serta contoh yang sesuai ketika berhadapan peserta.

Persaraan bukan penamat pembelajaran. Dalam masyarakat digital, pengalaman puluhan tahun berkhidmat dalam sektor awam memberi kelebihan yang sukar ditiru mesin: pertimbangan, integriti, empati, kemahiran organisasi dan kebijaksanaan memahami konteks manusia. AI boleh memperluas manfaat pengalaman itu melalui bantuan penulisan, pembelajaran dan komunikasi. Namun AI yang digunakan tanpa penilaian kritikal boleh mengelirukan serta menjejaskan keselamatan.

Hasil pembelajaran penceramah

- Mampu menerangkan perbezaan AI, pembelajaran mesin, AI generatif dan ChatGPT tanpa jargon berlebihan.
- Mampu menjelaskan mengapa model bahasa boleh menghasilkan jawapan yang baik tetapi masih boleh tersilap.
- Mampu membimbing peserta menulis arahan yang berkesan, menambah baik jawapan dan mengesahkan fakta penting.
- Mampu mengaitkan AI dengan pentadbiran persatuan, komunikasi keluarga, kesihatan, hobi dan pembelajaran sepanjang hayat.
- Mampu membincangkan penipuan digital, etika AI, kawalan data dan penggunaan yang bertanggungjawab.

Peta ilmu daripada nota kepada ceramah

Lapisan	Fokus ilmu	Cara sampaikan kepada pesara
Memahami	Apa itu AI, sejarah, cara sistem berfungsi	Perbandingan mudah dan analogi pengalaman perkhidmatan awam
Menggunakan	Prompt, draf surat, ringkasan, terjemahan, idea	Demonstrasi terus menggunakan telefon pintar
Menilai	Halusinasi, sumber, privasi, etika, penipuan	Semak sama-sama; gunakan contoh mesej mencurigakan
Mengamalkan	Latihan tiga tugasan dan rumusan	Tanya → Semak → Guna, kemudian ulang sendiri

Prinsip pedagogi: *Hormati pengalaman peserta. Ceramah bukan tentang "pesara tidak tahu teknologi"; ceramah tentang menggabungkan kebijaksanaan hidup mereka dengan alat baharu.*

Konteks kursus dan hala tuju

Surat PPKS menetapkan sesi teori dari 2.00 hingga 3.30 petang diikuti amali dari 3.30 hingga 5.00 petang. Peserta diminta membawa telefon masing-masing. Oleh itu bahan harus boleh difahami walaupun seseorang baru pertama kali membuka aplikasi AI.

Matlamat yang realistik dalam tiga jam bukan untuk melatih jurutera AI. Sasaran kursus ialah meningkatkan keyakinan digital: peserta mengenali fungsi AI, berjaya menghantar sekurang-kurangnya satu arahan, boleh menilai jawapan dan tahu perkara yang tidak patut dikongsi. Ukuran kejayaan yang lebih bermakna ialah perubahan daripada "takut mencuba" kepada "tahu menggunakan dengan selamat".

Tiga mesej yang mesti berulang

- AI ialah alat bantuan, bukan hakim terakhir.
- Arahan yang jelas menghasilkan jawapan yang lebih berguna.
- Jangan sebar, ikut atau percaya jawapan penting tanpa menyemak.

Ayat ceramah: *"Pengalaman tuan-tuan dan puan-puan tidak bersara. Sekarang kita tambah satu alat untuk membantu pengalaman itu terus memberi manfaat."*

Lima persoalan besar yang membentuk pembelajaran ini

- Apa yang berubah: adakah AI hanya satu trend atau sudah menjadi satu lagi kemahiran digital yang penting?
- Apa yang kekal: mengapa pengalaman mentadbir, memimpin dan menyelesaikan konflik masih memerlukan akal manusia?
- Apa yang bermanfaat: tugas manakah wajar dibantu oleh AI dan tugas manakah lebih baik kekal sepenuhnya di tangan manusia?
- Apa yang berisiko: bagaimanakah kandungan palsu, kebocoran data dan penipuan boleh berlaku dalam penggunaan harian?
- Apa yang patut dimulakan: latihan kecil apakah yang boleh membantu peserta meneruskan pembelajaran setelah kursus tamat?

Buku ini tidak mengandaikan semua peserta sudah biasa dengan aplikasi baharu. Ada yang selesa membaca pada skrin, ada yang lebih selesa mendengar penerangan, dan ada yang memerlukan bantuan membuka akaun atau menaip pada papan kekunci telefon. Perbezaan itu ialah keadaan pembelajaran dewasa yang normal. Fasilitator patut mengukur kejayaan daripada peningkatan keyakinan dan keupayaan peserta mencuba sendiri, bukan daripada kelajuan menghabiskan semua kandungan.

Cara menjelaskan tujuan kursus: *"Saya tidak mahu tuan-tuan dan puan-puan pulang dengan hafalan istilah. Saya mahu setiap orang pulang dengan satu kemahiran yang boleh terus digunakan dan satu tabiat keselamatan yang boleh melindungi keluarga."*

BAHAGIAN 01 / PENGETAHUAN ASAS

BAB 1 | MEMAHAMI KECERDASAN BUATAN

Persoalan utama bab ini: *Apakah sebenarnya AI, bagaimana ia belajar dan mengapa respons yang meyakinkan masih perlu disahkan?*

Apakah sebenarnya kecerdasan buatan?

Kecerdasan buatan, atau artificial intelligence, ialah bidang membina sistem komputer yang dapat melaksanakan tugas yang lazimnya memerlukan keupayaan kognitif manusia, seperti mengenali pola, memahami bahasa, membuat ramalan dan menyokong keputusan.

Dalam kehidupan biasa, teknologi AI mungkin sudah wujud tanpa kita sedari: penapis e-mel spam, cadangan video, pengecaman suara, peta yang menganggarkan trafik dan sistem yang membantu mengesan transaksi luar biasa. Namun, jangan samakan semua sistem automatik dengan AI. Kalkulator yang menambah 2 + 2 mengikut aturan tetap tidak semestinya "AI".

Empat kategori berguna untuk penerangan

Kategori	Maksud mudah	Contoh
Automasi berasaskan peraturan	Komputer mengikut syarat yang ditetapkan secara jelas.	"Jika bayaran lewat, papar peringatan."
Pembelajaran mesin (ML)	Sistem belajar corak daripada contoh data.	Sistem mengesan e-mel spam.
Pembelajaran mendalam (DL)	Cabang ML yang menggunakan rangkaian neural berlapis.	Pengecaman imej atau pertuturan.
AI generatif	Sistem menghasilkan kandungan baharu berasaskan arahan dan corak yang dipelajari.	Draf surat, ringkasan, audio atau imej.

Konsep AI sempit (narrow AI) merujuk kepada sistem yang direka untuk pelbagai atau tugas tertentu; istilah kecerdasan am buatan (AGI) pula sering digunakan bagi kemampuan serba boleh setara manusia merentas domain, tetapi takrif serta tahap pencapaiannya masih diperdebatkan. Untuk kursus asas, tumpuan kita ialah AI yang benar-benar boleh digunakan hari ini.

Analogi: *Jika sistem peraturan seperti borang yang ada syarat tetap, pembelajaran mesin seperti pegawai yang telah melihat ribuan contoh kes, manakala AI generatif seperti pembantu yang boleh menyediakan draf baharu berdasarkan arahan — masih perlu disemak oleh pegawai yang bertanggungjawab.*

Mengapa AI berkembang dengan pantas?

Perkembangan AI bukan bermula apabila ChatGPT muncul. Ia berkembang melalui idea sains komputer, kemajuan cip pemproses, pertambahan data digital dan kaedah latihan model yang lebih berkesan.

Era / tahun	Peristiwa ilmu	Makna kepada pengguna
1950	Alan Turing mengemukakan perbincangan terkenal tentang kebolehan mesin menunjukkan tingkah laku cerdas.	Soalan “bolehkah mesin berfikir?” sudah lama dibahaskan.
1956	Istilah “artificial intelligence” dipopularkan dalam bengkel penyelidikan Dartmouth.	AI menjadi bidang penyelidikan tersendiri.
1980-an–2000-an	Sistem pakar, statistik, pembelajaran mesin dan sistem carian berkembang.	AI digunakan dalam bidang khusus.
2010-an	Kemajuan pembelajaran mendalam dan data berskala besar.	Pengecaman suara, imej dan terjemahan bertambah baik.
2017	Penyelidikan transformer memperkenalkan reka bentuk attention yang berpengaruh.	Asas kepada banyak model bahasa moden.
2022 dan seterusnya	Pembantu AI berbentuk perbualan digunakan secara meluas.	Orang awam boleh memberi arahan dalam bahasa harian.

Gelombang AI generatif menarik kerana penggunanya tidak perlu menulis kod. Seseorang boleh memberi arahan seperti bercakap dengan pembantu. Walau bagaimanapun, mudah digunakan bukan bererti semua hasilnya tepat, selamat atau dibenarkan untuk setiap keadaan.

Bagaimana ChatGPT dan model bahasa besar bekerja?

ChatGPT ialah perkhidmatan pembantu AI. Antara teknologi terasnya ialah model bahasa besar atau large language model (LLM), yang memproses dan menghasilkan teks berdasarkan pola yang dipelajari semasa latihan. [1]

Empat peringkat yang patut abang faham

1. Data dan latihan: model didedahkan kepada pelbagai contoh teks dan kandungan lain untuk mengenal pasti hubungan serta pola. Ini bukan bermakna model menyimpan salinan lengkap semua buku atau laman yang pernah dipelajari.

2. Token: ayat dibahagi kepada unit kecil yang diproses oleh model; satu token boleh menjadi satu perkataan, sebahagian perkataan atau tanda baca. [1]
3. Parameter dan rangkaian neural: semasa latihan, berjuta-juta hingga berbilion nilai dalaman dilaraskan supaya ramalan model lebih baik. Model transformer menggunakan mekanisme attention untuk menghubungkan unsur dalam konteks.
4. Inferens: apabila pengguna memberi prompt, model menghasilkan respons token demi token. Sistem moden juga boleh dibantu alat carian, pengiraan atau fail apabila ciri tersebut tersedia dan dibenarkan.

Perbezaan penting: latihan ialah proses membangunkan keupayaan model; inferens ialah proses menggunakan model yang sudah dilatih. Jika seseorang bertanya soalan semasa kelas, model tidak semestinya "belajar kekal" daripada soalan itu. Data perbualan, sejarah dan ciri ingatan mempunyai kawalan berasingan bergantung pada produk dan tetapan. [1,2]

Mengapa jawapan boleh berubah walaupun soalan sama?

Model boleh memilih antara beberapa sambungan yang munasabah. Konteks perbualan, tetapan produk dan unsur kebarangkalian dapat mempengaruhi respons. Oleh itu, jangan menganggap perubahan ayat bermakna sistem tidak stabil; yang perlu dinilai ialah ketepatan isi dan kesesuaian tujuan.

> ***Analogi:*** *Seorang pembantu yang membaca banyak contoh surat boleh menyediakan draf surat baharu. Dia mungkin mahir menyusun gaya bahasa, tetapi tetap perlu diberi fakta sebenar tentang tarikh, nama dan tempat.*

AI generatif, multimodal dan ekosistem alat

AI generatif tidak terhad kepada karangan. Sesetengah sistem boleh memproses gabungan teks, suara, imej dan dokumen; istilah multimodal bermaksud berurusan dengan lebih daripada satu bentuk input atau output.

Jenis	Kegunaan	Had yang perlu dijelaskan
Teks	Draf ucapan, ringkasan, terjemahan, pembetulan gaya.	Teks boleh menyebut fakta salah atau mereka-reka rujukan.
Suara	Pertanyaan melalui pertuturan dan respons lisan.	Pengecaman kata nama, dialek dan bunyi sekitar mungkin salah.
Imej	Menerangkan objek dalam gambar atau menjana ilustrasi.	Butiran dalam imej mungkin disalahtafsir; imej AI bukan bukti kejadian.
Dokumen	Merumus surat atau jadual yang dimuat naik.	Kualiti bergantung pada dokumen dan kebenaran akses.

Alat sambungan	Carian web, kalendar atau pengiraan apabila tersedia.	Tidak semua akaun memiliki alat yang sama; perlu semak izin akses.

Bezakan antara model yang menghasilkan jawapan berdasarkan apa yang dipelajarinya dengan sistem yang benar-benar meneliti laman web terkini. Apabila soalan melibatkan harga, undang-undang, jadual perjalanan atau berita semasa, sumber bertarikh dan laman rasmi lebih penting daripada kelancaran jawapan.

Mengapa AI boleh "halusinasi"?

Halusinasi AI bermaksud sistem menghasilkan maklumat yang salah atau tidak wujud tetapi dipersembahkan sebagai jawapan yang kelihatan munasabah. Ini boleh berlaku pada angka, tarikh, petikan kata-kata, akta, nama penerbitan dan rujukan. OpenAI sendiri menekankan perlunya pengguna menyemak maklumat penting. [3]

Punca secara konsep

- Model dilatih untuk menghasilkan respons yang sesuai dengan pola bahasa, bukan dijamin mengakses rekod kebenaran bagi setiap pernyataan.
- Maklumat dalam data latihan boleh lapuk, tidak lengkap atau bercanggah.
- Soalan terlalu kabur menggalakkan andaian yang tidak diberikan oleh pengguna.
- Walaupun jawapan menyertakan "rujukan", alamat laman, petikan atau nama kajian mungkin tersilap atau direka-reka.

Kaedah menyemak tiga lapis

1. Semak sumber: cari portal rasmi, dokumen asal atau penerbit yang boleh dikenal pasti.
2. Semak butiran kritikal: nama orang, tarikh, jumlah bayaran, syarat kelayakan dan nombor telefon.
3. Semak kewajaran: minta AI menyatakan andaian, ketidakpastian, atau membandingkan jawapan dengan dokumen yang kita beri.

Demonstrasi berkesan: *Minta AI menulis notis mesyuarat tanpa memberikan tarikh dan tempat. Kemudian tanya peserta: "Maklumat apa yang model tidak sepatutnya teka?" Akhirnya tambah maklumat rasmi dan bandingkan hasilnya.*

AI bukan pengganti keputusan profesional

Penggunaan AI untuk kesihatan, kewangan, undang-undang dan urusan persaraan memerlukan tahap kehati-hatian yang lebih tinggi kerana kesilapannya boleh memberi kesan kepada nyawa, wang atau hak seseorang.

Dalam kesihatan, AI boleh membantu menyediakan senarai soalan untuk doktor, menerangkan istilah umum dan merumuskan maklumat bukan peribadi. Namun, AI tidak boleh menggantikan diagnosis doktor atau mengarahkan pengguna mengubah ubat tanpa nasihat klinikal. Dalam

kewangan, AI boleh membantu membina bajet contoh, tetapi bukan menjamin pulangan pelaburan. Dalam urusan pencen, sahkan kelayakan dan prosedur melalui portal serta pegawai rasmi yang berkaitan.

Sistem lampu isyarat untuk peserta

Hijau	Kuning	Merah
Draf ucapan, idea hobi, senarai barang.	Maklumat terkini, resipi diet khusus, butiran kemudahan awam.	OTP/TAC, kata laluan, nombor akaun, keputusan rawatan, pemindahan wang atas arahan AI.

Kategori hijau masih perlu dibaca; kategori kuning perlu pengesahan; kategori merah tidak patut diserahkan kepada AI sebagai keputusan automatik atau dikongsi sebagai data sensitif.

Lima salah faham tentang kecerdasan buatan

Salah faham	Penjelasan yang lebih tepat
AI sama dengan internet.	Internet ialah rangkaian yang menyambung sumber dan perkhidmatan; AI ialah kaedah atau sistem yang menganalisis, meramal atau menjana kandungan.
AI sentiasa tahu perkara paling terkini.	Sesetengah produk boleh mencari web, tetapi tidak semua jawapan diperoleh daripada sumber masa nyata; semak tarikh dan pautan rasmi.
Ayat yang lancar bermaksud fakta benar.	Kelancaran bahasa dan ketepatan fakta ialah dua perkara yang berbeza.
AI boleh menggantikan semua profesional.	AI boleh menyokong kerja, tetapi urusan berisiko tinggi tetap memerlukan manusia yang bertauliah atau bertanggungjawab.
AI sentiasa neutral dan bebas berat sebelah.	Data, reka bentuk dan konteks penggunaan boleh mempengaruhi output; sentiasa pertimbangkan siapa yang mungkin terjejas.

BAHAGIAN 02 / KEMAHIRAN PRAKTIKAL

BAB 2 | MENGUASAI AI DALAM KEHIDUPAN

Persoalan utama bab ini: *Bagaimana arahan yang jelas, contoh yang sesuai dan semakan manusia menghasilkan bantuan AI yang benar-benar berguna kepada pesara?*

Kemahiran prompt: arahan jelas membina hasil berkualiti

Prompt ialah arahan atau soalan yang kita berikan kepada AI. Mutu respons biasanya meningkat apabila pengguna menyatakan tugas, konteks, sasaran pembaca, format dan batasan secara jelas.

Mengukur jawapan AI menggunakan empat soalan

1. Ketepatan: adakah setiap fakta, tarikh dan angka disokong bukti yang boleh diperiksa?
2. Kesesuaian: adakah bahasa dan cadangannya sesuai dengan peserta, budaya setempat dan keadaan sebenar?
3. Keselamatan: adakah jawapan meminta butiran rahsia, langkah kewangan berisiko atau tindakan tanpa pengesahan?
4. Kebergunaan: selepas diperiksa, adakah hasil ini menjimatkan masa atau membantu menghasilkan keputusan yang lebih baik?

Penegasan ilmiah: *AI menghasilkan kemungkinan respons daripada konteks dan pola yang dipelajari; model tidak mempunyai jaminan automatik bahawa setiap kenyataan memenuhi standard pembuktian manusia.*

Formula lima unsur

1. TUGAS: Nyatakan tindakan yang dikehendaki (tulis, ringkaskan, susun atau cadangkan).
2. KONTEKS: Beritahu siapa pengguna dan keadaan sebenar yang relevan.
3. MAKLUMAT: Berikan butiran sah seperti tarikh, lokasi, sasaran atau bahan rujukan.
4. FORMAT: Minta hasil tertentu: tiga perenggan, jadual, skrip satu minit atau bahasa mudah.
5. SEMAKAN: Nyatakan bahawa fakta tidak boleh direka dan perkara tidak pasti perlu ditandakan.

Perbandingan prompt asas dengan prompt bermutu

Arahan umum	Arahan dengan konteks
“Buat ucapan.”	“Tulis ucapan alu-aluan selama 2 minit untuk majlis persatuan pesara di Kuching. Bahasa Melayu sopan, mesra, satu pantun ringkas. Jangan cipta nama tetamu.”

“Tolong surat.”	“Sediakan draf surat jemputan mesyuarat jawatankuasa PPKS berdasarkan maklumat berikut: [tarikh], [masa], [tempat], [agenda]. Biarkan maklumat kosong sebagai [perlu diisi].”
“Apa itu AI?”	“Terangkan AI kepada peserta warga emas dengan dua analogi mudah, tidak melebihi 120 perkataan dan sertakan satu contoh kegunaan telefon.”

> ***Petua pembentangan:*** *Tunjukkan bahawa prompt boleh diperbaiki selepas jawapan pertama. Perbualan dengan AI adalah proses menyunting, bukan satu arahan sekali sahaja.*

Teknik prompt lanjutan untuk abang kuasai

Apabila konsep asas dikuasai, penceramah boleh menggunakan beberapa teknik yang meningkatkan kawalan terhadap hasil tanpa memerlukan pengetahuan pengaturcaraan.

Enam teknik praktikal

Role & audience: Tetapkan sudut tugasan dan pembaca: “Bertindak sebagai penyunting Bahasa Melayu; bahan ini untuk ahli persatuan.” Ini mengarah gaya, tetapi tidak menjadikan AI pakar bertauliah.

Few-shot: Berikan satu contoh hasil yang abang suka; minta AI meniru struktur, bukan menyalin isi peribadi.

Constraints: Hadkan panjang, istilah dan nada: “Maksimum 80 patah perkataan; elakkan bahasa bombastik.”

Iterative refinement: Minta pindaan berperingkat: “Pendekkan perenggan kedua”; “jadikan lebih formal”; “asingkan tarikh dalam jadual.”

Grounding: Berikan notis mesyuarat atau teks yang sah: “Gunakan maklumat yang tertera sahaja; jika tiada, tulis TIDAK DINYATAKAN.”

Verification prompt: Minta senarai fakta yang perlu diperiksa dan sumber rasmi yang patut dirujuk; semak sumber itu sendiri.

Prompt penceramah: kawalan mutu

> ***Arahan contoh:*** *“Teliti draf di bawah. Asingkan (a) fakta diberi, (b) andaian dan (c) fakta yang memerlukan semakan. Jangan mencipta sumber. Sediakan versi akhir hanya berdasarkan butiran yang boleh disahkan.”*

Untuk tugasan kompleks, minta pelan tindakan yang boleh diperiksa atau alasan ringkas bagi cadangan. Tidak perlu meminta AI mendedahkan proses pemikiran dalaman yang terperinci

untuk memastikan kualiti; lebih berguna meminta output berstruktur, sumber dan ujian semakan.

Kegunaan AI yang paling relevan kepada pesara kerajaan

Pesara mempunyai aset yang sukar diganti oleh mesin: pengalaman memimpin, menilai orang, mengurus sumber dan memahami komuniti. AI boleh menyokong kerja sukarela dan kehidupan selepas persaraan tanpa menafikan sumbangan tersebut.

Kawasan kehidupan	Bantuan AI	Contoh tugasan
Persatuan / komuniti	Draf minit, notis, agenda, laporan program.	“Sediakan agenda mesyuarat AJK enam perkara.”
Keluarga	Ucapan, cerita keluarga, pesanan ringkas.	“Tulis ucapan ulang tahun perkahwinan 40 tahun.”
Kesihatan secara umum	Senarai soalan untuk janji temu dan istilah mudah.	“Apakah soalan yang patut saya bawa untuk bertanya doktor tentang pemeriksaan rutin?”
Kewangan rumah tangga	Contoh bajet, senarai perbelanjaan.	“Bina templat bajet bulanan tanpa maklumat akaun sebenar.”
Pembelajaran sepanjang hayat	Belajar bahasa, sejarah, penggunaan aplikasi.	“Terangkan pengkomputeran awan menggunakan analogi almari fail.”
Hobi / projek kecil	Idea berkebun, resipi, penceritaan, poster.	“Beri rancangan 4 minggu menanam cili di halaman.”
Pelancongan / aktiviti	Rangka senarai semak dan itinerari awal.	“Senaraikan barang penting untuk lawatan warga pesara.”

Contoh ini sesuai dijalankan dengan maklumat rekaan semasa latihan. Jangan gunakan senarai ahli, alamat rumah, nombor kad pengenalan atau dokumen rasmi sulit sebagai bahan demonstrasi terbuka.

Penggunaan untuk tadbir urus persatuan yang tersusun

Bagi PPKS, manfaat AI yang menonjol ialah mempercepat penyediaan bahan pentadbiran yang berulang. Namun, dokumen rasmi tetap memerlukan semakan setiausaha, kelulusan mengikut tatacara, dan rekod sumber yang jelas.

Kitaran kerja selamat: Draf → Semak → Sahkan → Edar

1. Draf: berikan tujuan, audiens, tempoh serta maklumat umum yang bukan rahsia.
2. Semak: periksa bahasa, nada, nama program, masa dan tempat.

3. Sahkan: pegawai persatuan yang berkenaan meluluskan versi tepat.

4. Edar: gunakan saluran komunikasi rasmi dan simpan salinan akhir.

Contoh arahan serba guna untuk persatuan

> ***Prompt 1 — surat:*** *"Draf surat jemputan mesyuarat rasmi PPKS dengan nada hormat. Maklumat disahkan: tarikh [ ], masa [ ], tempat [ ], tiga agenda [ ]. Gunakan ruang [PERLU DISAHKAN] bagi butiran yang tidak diberikan."*
>
> ***Prompt 2 — laporan:*** *"Tukar nota program berikut menjadi laporan satu halaman dengan tajuk, objektif, aktiviti, hasil dan cadangan. Jangan menokok tambah jumlah peserta atau kenyataan pihak penganjur."*
>
> ***Prompt 3 — ucapan:*** *"Tulis pembukaan 90 saat untuk menghargai sumbangan pesara kerajaan. Nada positif dan sederhana; tekankan pengalaman berkhidmat untuk komuniti."*

Bagi transkripsi mesyuarat, dapatkan persetujuan yang relevan sebelum rakaman dan muat naik. Pastikan kerahsiaan urusan dalaman persatuan terpelihara.

Panduan inklusif untuk pesara yang baru mengenali telefon pintar

Terdapat peserta yang lebih cepat belajar melalui demonstrasi visual, suara atau aktiviti berpasangan. Dalam amali, gunakan paparan huruf besar, berikan masa membaca satu skrin, dan tunjukkan hanya satu langkah baharu sebelum meneruskan langkah seterusnya. Sekiranya ciri suara tersedia, peserta boleh bercakap dengan aplikasi sebagai alternatif kepada menaip. Walau bagaimanapun, pengesanan pertuturan boleh tersilap pada nama orang, istilah tempatan atau dialek Sarawak; pengguna perlu melihat semula teks yang ditangkap.

Dua prinsip praktikal boleh mengelakkan rasa rendah diri. Pertama, setiap peserta boleh memilih tugasan yang bermakna bagi dirinya sendiri: ucapan cucu, resipi, pengurusan hobi atau aktiviti persatuan. Kedua, fasilitator perlu membezakan antara masalah belajar AI dengan masalah akses: internet lemah, peranti usang, aplikasi belum dipasang atau akaun terlupa kata laluan ialah isu teknikal, bukan bukti peserta tidak mampu belajar.

Protokol lima minit menilai draf AI sebelum digunakan

1. Baca keseluruhan draf; jangan terus tekan kongsi atau hantar.

2. Gariskan setiap nama, tarikh, tempat, angka, ayat yang membuat dakwaan dan rujukan.

3. Bandingkan butiran dengan notis, surat asal atau sumber rasmi yang berkaitan.

4. Buang maklumat peribadi yang tidak diperlukan; minta pembetulan bahasa jika perlu.

5. Dapatkan semakan atau kelulusan pihak bertanggungjawab sebelum edaran rasmi.

> ***Contoh perbezaan utama:*** *"Tolong tulis laporan aktiviti" hanya meminta ayat. "Tolong tulis laporan berdasarkan nota program ini, nyatakan maklumat yang masih kosong dan jangan tambah angka peserta" meminta dokumen yang lebih mudah dipertanggungjawabkan.*

BAHAGIAN 03 / TANGGUNGJAWAB DIGITAL

BAB 3 | AI YANG SELAMAT DAN BERETIKA

Persoalan utama bab ini: *Bagaimana menggunakan manfaat AI sambil melindungi wang, maruah, data, keselamatan dan kepercayaan masyarakat?*

Keselamatan siber: AI juga digunakan oleh penipu

Penipuan digital bukan baharu, tetapi AI boleh memudahkan pemalsuan teks, imej dan suara yang kelihatan meyakinkan. Oleh itu, literasi AI mesti merangkumi kebolehan untuk berhenti, menilai dan mengesahkan identiti penghantar.

Lima taktik yang patut peserta kenal

- Mesej menyamar sebagai ahli keluarga atau pegawai yang meminta wang segera.
- Pautan palsu yang meminta log masuk, OTP, TAC atau kata laluan.
- Rakaman suara tiruan (deepfake) yang meniru suara individu dikenali.
- Iklan pelaburan atau hadiah yang menjanjikan keuntungan luar biasa.
- Dokumen atau laman web yang nampak rasmi tetapi alamatnya berbeza daripada portal sebenar.

Kaedah B-E-R-H-E-N-T-I

Berhenti sebelum klik. Elakkan bertindak kerana takut atau tergesa-gesa. Rujuk nombor rasmi yang dicari sendiri. Hubungi ahli keluarga melalui saluran yang biasa digunakan. Elakkan berkongsi kod pengesahan. Nilai alamat dan kandungan. Teliti bukti daripada sumber bebas. Ingat: jawapan AI tidak mengesahkan sesuatu transaksi.

Jika wang telah dipindahkan akibat penipuan dalam talian, segera hubungi bank dan National Scam Response Centre (NSRC) di 997, kemudian buat laporan polis. Portal Kerajaan Malaysia menyatakan 997 beroperasi 24 jam setiap hari serta menggesa laporan secepat mungkin, terutama dalam 24 jam selepas menyedari ditipu. [4]

Ayat ceramah: *"Jika terdengar suara seperti anak sendiri meminta wang, jangan bergantung pada suara sahaja. Telefon semula nombor yang kita simpan, dan minta pengesahan melalui cara lain."*

Privasi data: perkara yang tidak boleh sesekali ditaip

AI berasaskan awan memproses maklumat yang dihantar oleh pengguna mengikut tetapan perkhidmatan dan polisi penyedia. Prinsip yang selamat ialah meminimumkan data: berikan hanya maklumat yang diperlukan untuk sesuatu tugasan.

Contoh data yang patut dilindungi

- Kata laluan, PIN, kod OTP/TAC, nombor keselamatan kad atau maklumat log masuk bank.
- Nombor kad pengenalan, rekod perubatan, penyata pencen, nombor akaun dan alamat rumah ahli.

- Senarai keahlian penuh, minit sulit, dokumen organisasi yang belum mendapat kebenaran untuk dikongsi.
- Foto dokumen pengenalan diri atau gambar orang lain tanpa sebab yang sah dan persetujuan berkaitan.

OpenAI menyediakan kawalan "Improve the model for everyone" dalam Settings > Data Controls. Bagi akaun yang menyokongnya, tetapan itu boleh dimatikan supaya perbualan baharu tidak digunakan untuk melatih model. Temporary Chat mempunyai ciri privasi berbeza; sentiasa baca penerangan semasa kerana pilihan mungkin berubah menurut pelan dan tetapan. Ini bukan alasan untuk memasukkan rahsia peribadi. [2]

> ***Demonstrasi selamat:*** *Daripada menulis "Saya menerima RM____ pencen dan mempunyai nombor akaun ...", minta "Bina templat bajet untuk seorang pesara dengan angka contoh, bukan maklumat sebenar."*

Etika AI: tujuh prinsip yang patut difahami

Malaysia memperkenalkan National Guidelines on AI Governance and Ethics (AIGE) pada September 2024. MOSTI menekankan tujuh prinsip AI yang bertanggungjawab, meliputi keselamatan, ketelusan dan kepentingan manusia. Garis panduan ini berfungsi sebagai rujukan tadbir urus; ia bukan alasan untuk menganggap semua aplikasi AI selamat secara automatik. [5,6]

Prinsip	Cara menerangkan kepada peserta
1. Keadilan	Jangan biarkan sistem mendiskriminasikan golongan tertentu berdasarkan andaian atau data berat sebelah.
2. Kebolehpercayaan, keselamatan dan kawalan	Sistem perlu berfungsi dengan selamat; manusia tahu bila harus menyemak atau menghentikan penggunaannya.
3. Privasi dan keselamatan	Lindungi maklumat peribadi dan elakkan perkongsian yang tidak perlu.
4. Keterangkuman	Teknologi perlu boleh digunakan oleh orang pelbagai umur, bahasa dan tahap keupayaan.
5. Ketelusan	Jelaskan apabila kandungan dihasilkan atau dibantu AI, terutama jika mempengaruhi orang lain.
6. Akauntabiliti	Orang atau organisasi yang menggunakan AI bertanggungjawab atas keputusan dan dokumen akhir.
7. Kemaslahatan dan kebahagiaan manusia	Utamakan manfaat, kesejahteraan dan maruah

	manusia.

Perkara yang patut diberi penekanan kepada pesara: teknologi yang baik sepatutnya meningkatkan kesejahteraan dan membuka peluang pembelajaran, bukannya mengecualikan orang yang tidak biasa menggunakan aplikasi. Kaedah latihan perlu memberi masa untuk bertanya tanpa rasa malu.

Pedagogi bengkel: teknik mengajar peserta dewasa

Kejayaan kursus bukan dinilai daripada banyaknya istilah teknikal yang sempat diperkenalkan, tetapi sama ada setiap peserta mendapat satu pengalaman berjaya menggunakan AI secara sendiri atau bersama rakan.

Lima strategi yang praktikal

1. Satu skrin, satu tindakan: tunjuk langkah kecil dan tunggu peserta melengkapkannya.
2. Penerangan ringkas diikuti demonstrasi sebenar: lebih sesuai daripada ceramah teori panjang tanpa contoh.
3. Pembelajaran berpasangan: peserta yang lebih yakin boleh membantu rakan tanpa mengambil alih telefon.
4. Aksesibiliti: tulisan besar, kontras jelas, tempo sederhana dan pilihan menaip atau suara jika tersedia.
5. Pilihan tugasan: peserta boleh memilih ucapan keluarga, surat persatuan atau aktiviti hobi agar pembelajaran terasa berguna.

Bagi peserta yang terlupa kata laluan aplikasi, sediakan pelan sandaran: demonstrasi pada skrin, telefon berpasangan, atau e-Nota interaktif yang boleh dibaca tanpa akaun ChatGPT. Elakkan sesi terhenti hanya kerana beberapa telefon tidak dapat log masuk.

> ***Interaksi pembuka:*** *"Siapa pernah menggunakan Google Maps atau menaip mesej melalui suara? Itu petunjuk bahawa teknologi pintar sudah menjadi sebahagian hidup kita."*

Pelan terperinci sesi kursus 3 jam

Jadual berikut menghormati peruntukan rasmi: 90 minit teori dan 90 minit amali. Ia fleksibel menurut kelajuan peserta serta kekuatan capaian internet.

Masa	Isi dan tindakan fasilitator	Hasil peserta
2.00–2.10	Ice-breaker: apakah AI? Contoh dekat dengan kehidupan.	Faham matlamat kursus.
2.10–2.35	AI, ChatGPT, kegunaan dan analogi mudah.	Boleh jelaskan AI dalam satu ayat.

2.35–2.55	Cara LLM bekerja, kekuatan dan halusinasi.	Tahu jawapan AI mesti disemak.
2.55–3.15	Demo prompt lemah vs jelas; contoh PPKS.	Tahu lima unsur arahan.
3.15–3.30	Etika, privasi, deepfake, 997 dan soal jawab.	Tahu risiko asas.
3.30–3.45	Buka e-Nota, buka ChatGPT, orientasi telefon.	Bersedia menaip prompt.
3.45–4.15	Amali 1: ucapan ringkas dan semakan gaya.	Mempunyai draf peribadi.
4.15–4.40	Amali 2: surat / hebahan persatuan; isi tempat kosong.	Boleh beri butiran rasmi dan format.
4.40–4.55	Amali 3: semak dakwaan dan petunjuk penipuan.	Boleh buat keputusan “semak dahulu”.
4.55–5.00	Refleksi dan rumusan TANYA–SEMAK–GUNA.	Yakin meneruskan latihan.

Penganjur menjadualkan tamat kursus serta penyampaian cenderahati sekitar 5.00 petang. Beri ruang tepat pada waktunya untuk urusan penutup.

Amali berpandu: tiga aktiviti yang memberi hasil

Bagi semua amali, gunakan maklumat rekaan atau maklumat awam yang tidak sensitif. Minta peserta mencuba satu tindakan pada satu masa dan tekan “Semak” pada e-Nota interaktif sebagai pengukuhan.

Amali 1 — ucapan keluarga atau komuniti (20–30 minit)

Tujuan: membina keyakinan bertanya dan memperbaiki jawapan. Peserta memilih tajuk seperti ucapan hari lahir, penghargaan sukarelawan atau pembukaan majlis persatuan.

> ***Prompt latihan:*** *“Tulis ucapan penghargaan selama satu minit untuk ahli persatuan pesara yang membantu aktiviti komuniti di Kuching. Gunakan Bahasa Melayu mesra dan hormat. Akhiri dengan satu pesanan positif.”*

Semak bersama: Adakah panjangnya sesuai? Adakah semua maklumat benar? Adakah nada terlalu formal? Susulan: “Pendekkan kepada 90 patah perkataan.”

Amali 2 — notis mesyuarat atau program (20–25 minit)

> ***Prompt latihan:*** *“Bina notis mesyuarat Persatuan Pesara (contoh latihan). Butiran: 30 Oktober 2026, 10.00 pagi, Bilik Mesyuarat Komuniti; agenda laporan aktiviti dan cadangan program baharu.*

Sediakan tajuk, tiga maklumat utama dan penutup ringkas. Jangan tambah nama pegawai yang tidak diberi."

Semak bersama: tarikh dan masa, tujuan, butiran yang andaikan sendiri, ruang tanda tangan. Jelaskan bahawa contoh latihan bukan jemputan rasmi sebenar.

Amali 3 — menilai mesej meragukan (15 minit)

Prompt latihan: *"Nilai mesej contoh ini untuk pembelajaran keselamatan digital: 'Anda menang hadiah. Klik pautan sekarang dan beri kod OTP.' Senaraikan lima petunjuk penipuan dan tindakan yang selamat. Jangan buka sebarang pautan."*

Semak bersama: AI membantu mengenali petunjuk, tetapi bukan satu-satunya cara menentukan kesahihan. Rujuk saluran rasmi dan jangan berkongsi OTP.

Soalan lazim yang mungkin ditanya peserta

Abang boleh menggunakan jawapan ringkas ini apabila ditanya semasa ceramah. Jawab setakat yang disokong bukti, dan tunjuk cara menyemak perkara yang berubah mengikut aplikasi atau masa.

1. Adakah AI sama dengan Google?

Tidak. Enjin carian terutama mencari dan menyusun pautan; pembantu AI boleh menghasilkan, menerangkan serta menyunting jawapan. Sesetengah pembantu AI turut mempunyai fungsi carian. Semak sumber untuk fakta terkini.

2. Adakah ChatGPT percuma?

Ada pilihan akses percuma pada sesetengah produk, dengan ciri atau had yang mungkin berbeza. Semak paparan rasmi aplikasi untuk pilihan yang tersedia.

3. Adakah AI tahu semua perkara?

Tidak. AI boleh tersilap, mempunyai maklumat lapuk atau tidak mempunyai akses kepada butiran yang diperlukan.

4. Kalau jawapan sama macam orang pandai, adakah semestinya betul?

Tidak. Ayat meyakinkan bukan bukti. Semak angka, sumber dan tarikh.

5. Bolehkah AI membantu menulis surat rasmi?

Boleh menyediakan draf. Manusia bertanggungjawab mengesahkan fakta, bahasa, polisi dan kelulusan akhir.

6. Bolehkah saya gunakan dialek atau Bahasa Melayu Sarawak?

Boleh cuba. Keupayaan memahami dialek berbeza mengikut model; betulkan jika maknanya tersasar, terutamanya untuk istilah budaya setempat.

7. Adakah AI boleh dengar suara?

Sesetengah aplikasi menyediakan mod suara; ciri berbeza mengikut aplikasi, peranti dan akses akaun.

8. Bolehkah saya masukkan penyata pencen?

Elakkan memasukkan dokumen penuh atau data sulit. Gunakan contoh tanpa pengenal diri untuk memahami konsep; rujuk agensi rasmi untuk kes sebenar.

9. Adakah AI boleh beri nasihat perubatan?

Ia boleh menerangkan maklumat umum dan membantu menyediakan soalan untuk doktor, tetapi bukan pengganti nasihat profesional.

10. Bagaimana jika suara orang dikenali meminta wang?

Telefon semula melalui nombor yang sudah disimpan, gunakan saluran kedua dan jangan pindahkan wang berdasarkan suara sahaja.

11. Bolehkah saya percaya imej atau video?

Tidak semestinya. Imej AI boleh direka; sahkan konteks, tarikh dan sumber asal.

12. Apakah satu prinsip paling penting?

Tanya dengan jelas; semak perkara penting; gunakan hanya selepas yakin. Itulah TANYA–SEMAK–GUNA.

BAHAGIAN AKHIR / RUMUSAN DAN AMANAH

PENUTUP | TEKNOLOGI BAHARU, HIKMAH BERPANJANGAN

Kecerdasan buatan membuka peluang kepada masyarakat pesara untuk terus belajar, berkongsi pengalaman dan menyumbang kepada keluarga serta komuniti. Namun keupayaan AI yang menghasilkan teks dengan pantas tidak sama dengan kemampuan manusia menilai kebenaran, memahami niat atau bertanggungjawab terhadap akibat sesuatu tindakan. Oleh itu, kemahiran AI yang matang sentiasa menggabungkan teknologi dengan pertimbangan manusia.

Daripada Bab 1, kita memahami bahawa ChatGPT ialah contoh aplikasi AI generatif yang mampu menulis dan menjelaskan maklumat berdasarkan pola yang dipelajari. Ia bukan sumber kebenaran mutlak dan boleh menghasilkan jawapan salah. Daripada Bab 2, kita memahami bahawa pengguna boleh meningkatkan kualiti hasil melalui arahan yang jelas, maklumat yang sah dan pembetulan berulang. Daripada Bab 3, kita menyedari bahawa keselamatan, kerahsiaan dan etika perlu menjadi amalan setiap kali teknologi digunakan.

Empat rumusan untuk dibawa pulang

- Ilmu sebelum alat: fahami perkara yang boleh dan tidak boleh dilakukan oleh AI sebelum menggunakannya untuk urusan penting.
- Pengalaman manusia kekal teras: AI menyediakan cadangan, tetapi orang yang berpengetahuan bertanggungjawab menentukan kesesuaian.
- Semakan ialah disiplin: semak fakta, sumber, tarikh, nombor dan identiti sebelum menggunakan atau mengedarkan maklumat.
- Keselamatan ialah budaya: jangan berkongsi rahsia, jangan percaya suara atau imej semata-mata dan jangan tergesa-gesa apabila diminta memindahkan wang.

Amalan 30 hari selepas kursus

Minggu	Fokus latihan	Contoh hasil
1	Membiasakan diri dengan arahan mudah dan pelarasan nada.	Satu ucapan keluarga atau peringatan aktiviti.
2	Meningkatkan kualiti prompt: berikan konteks, format dan had.	Draf notis aktiviti menggunakan butiran rekaan.
3	Mengamalkan disiplin menyemak sumber dan keselamatan.	Senarai semak mesej meragukan tanpa membuka pautan.
4	Menggunakan AI untuk satu sumbangan komuniti yang kecil.	Idea program PPKS atau bahan pembelajaran keluarga.

Pesan penceramah: *"Kita boleh bersara daripada jawatan, tetapi tidak daripada ilmu, pengalaman dan khidmat kepada masyarakat. Jadikan AI pembantu, bukan pengganti akal budi."*

Bagi merumuskan keseluruhan buku ini dalam tiga tindakan yang mudah diingati, gunakan prinsip TANYA – SEMAK – GUNA: tanya dengan jelas, semak maklumat yang penting, dan hanya gunakan jawapan apabila sesuai serta selamat.

Rujukan dan bacaan lanjutan

Tarikh rujukan: 20 Oktober 2026. Maklumat ciri aplikasi, talian bantuan dan dasar perkhidmatan boleh berubah; sentiasa semak portal rasmi sebelum menerangkan maklumat semasa.

[1] OpenAI. Cara ChatGPT dan model asas kami dibangunkan. https://help.openai.com/ms-my/articles/7842364-how-chatgpt-and-our-foundation-models-are-developed

[2] OpenAI Help Center. Data controls in ChatGPT. https://help.openai.com/en/articles/7730893

[3] OpenAI Help Center. Adakah ChatGPT memberitahu kebenaran? https://help.openai.com/ms-my/articles/8313428-does-chatgpt-tell-the-truth

[4] Portal Rasmi Kerajaan Malaysia. Hotline NSRC 997 (dikemas kini 31 Julai 2026). https://www.malaysia.gov.my/my/topics/hotline-nsrc-997

[5] MOSTI. Garis Panduan Tadbir Urus dan Etika Kecerdasan Buatan Negara (AIGE). https://www.mosti.gov.my/berita/garis-panduan-tadbir-urus-dan-etika-kecerdasan-buatan-negara-aige/

[6] Portal Rasmi Kerajaan Malaysia. National Guidelines on AI Governance and Ethics (AIGE). https://www.malaysia.gov.my/my/my-initiative/whole-government-digital-services/tadbir-urus/national-guidelines-on-artificial-intelligence-governance-and-ethics-aige

[7] MOSTI. Garis Panduan Kebangsaan AI Governance and Ethics: https://www.mosti.gov.my/wp-content/uploads/2024/09/NATIONAL-GUIDELINES-OF-AIGE-20241118.pdf

[8] Surat Persatuan Pesara Kerajaan Sarawak, jemputan Kursus Asas Kecerdasan Buatan (AI) 01/2026, 14 Oktober 2026 (bahan penganjur).

[9] UNESCO (2023). Guidance for Generative AI in Education and Research. https://www.unesco.org/en/articles/guidance-generative-ai-education-and-research

[10] NIST (2024). AI RMF: Generative AI Profile. https://www.nist.gov/publications/artificial-intelligence-risk-management-framework-generative-artificial-intelligence

[11] CyberSecurity Malaysia. Cyber999: https://www.cybersecurity.my/portal-main/services/cyber999-overview

[12] OpenAI Help Center. Prompt engineering best practices for ChatGPT. https://help.openai.com/en/articles/10032626