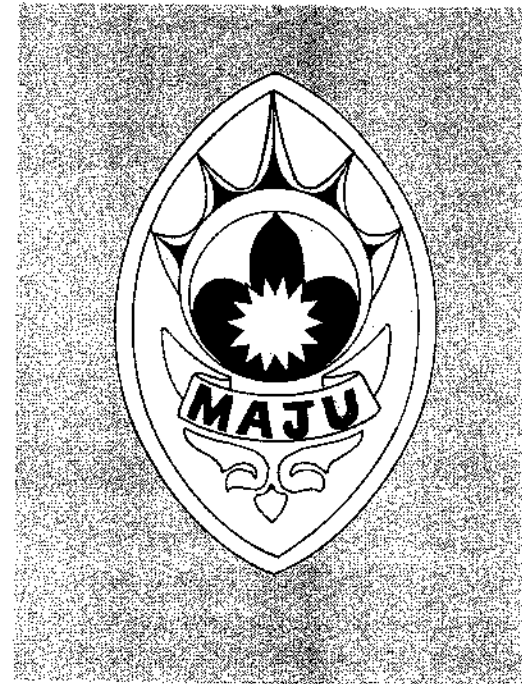


BAHAGIAN III
LENCANA MAJU



SUKATAN PELAJARAN LENCANA MAJU

CITA-CITA PENGAKAP

1. Mengetahui organisasi Majlis Pengakap Daerah, Majlis Pengakap Negeri dan Persekutuan Pengakap Malaysia
2. Mengecam dan melukis bendera semua negeri Malaysia.
3. Mengenali dan mengetahui nama penuh Pesuruhjaya Negeri, Pesuruhjaya Daerah dan Penolong Pesuruhjaya Daerah sendiri.
4. Menghafal dan menerangkan erti kesemua 'Undang-undang Pengakap'.

KECERGASAN DAN KESEGARAN JASMANI

1. Mengetahui latihan asas perbarisan: luruskan barisan, cepat jalan, hentak kaki, berhenti, belok kanan, belok kiri, tukar langkah dan perlahan jalan.
2. Melanjutkan latihan kawat tongkat: rusuk tongkat, turun tongkat, kelek tongkat, jinjit, julang tongkat dan bimbis tongkat.
3. Memahami serta menunjukkan dengan jayanya upacara mengibarkan bendera serta upacara menurunkan bendera.
4. Melakukan aktiviti berikut:
 - (a) memanjat tali setinggi tiga meter;
 - (b) memanjat pokok sekurang-kurangnya setinggi empat meter.

KEMAHIRAN BERPENGAKAP

1. Menerangkan kegunaan dan cara menjaga, mengasah dan menyimpan kapak, kapak penebang dan gergaji dan langkah keselamatan.
2. Mengetahui teknik menebang, merincih pokok, memotong ketungan pokok dan menyusun ketungan kayu.
3. Menunjuk cara membuat simpulan dan ikatan berikut serta mengetahui kegunaan setiap suatu:
 - (a) tindih kasih ganda (*double bowline*)
 - (b) belit lucut (*highwayman's hitch*)
 - (c) lilit pasdul (*marline-spike hitch*)
 - (d) simpul kerusi (*fireman's chair knot*)

- (e) lilit pemat selit (*sailmaker's whipping*)
 - (f) simpul kepala lalat (*crown knot*)
 - (g) sambat balik (*back splice*)
 - (h) ikatan silang gunting (*sheer lashing*)
4. Memasak makanan secara rimba (*backwood's*) bagi makanan berikut: nasi, telur, ubi kentang, ubi kayu dan roti lilit (*twist*).
 5. Menyiapkan satu model projek merintis (*pioneering project*) dalam lingkungan tidak melebihi satu meter tinggi/panjang.
 6. Membuat kajian mengenai perkara berikut:
 - (a) Enam jenis burung tempatan, enam jenis binatang tempatan dan enam jenis pokok tempatan.
 - (b) (i) Lawatan ke satu bangunan penting atau ke kawasan tempatan dan membuat laporan mengenainya;
 - (ii) Menceritakan sejarah dan kepentingan suatu kawasan kecil berhampiran rumah sendiri, misalnya: mengikut sejauh satu kilometer sungai atau parit dan membuat satu peta ukuran besar menunjukkan tempat-tempat penting.
 7. Berkhemah sejumlah tidak kurang daripada lapan malam dan menyediakan rekod perkhemahan tersebut di dalam Buku Log berkenaan.
 8. Berenang 30 meter.
- atau
- Mengetahui langkah keselamatan berenang dan melakukan teknik menyelamatkan mangsa lemas dengan menggunakan tali penyelamat atau sebarang benda yang dapat digunakan semasa kecemasan.
9. Faham akan langkah-langkah keselamatan yang mesti diambil sebelum melakukan kegiatan kerja luar seperti berkhemah, mengembara dan sebagainya.
 10. Melakukan mana-mana dua perkara berikut:
 - (a) memasang dan menggunakan dapur gas, lampu gas atau dapur minyak tanah;
 - (b) menyenaraikan barang-barang keperluan berkhemah untuk satu patrol bagi jangka masa satu hujung minggu;
 - (c) memasak makanan untuk dua orang.

PENGEMBARAAN

1. Mengetahui sekurang-kurangnya dua jenis kompas dan tahu cara membaca bearing.
2. Menerangkan sistem kontur dan memberi serta mengesan rujukan grid dalam peta topo. Tahu menggunakan skala dan kunci peta.
3. Berjalan kaki sejauh lapan kilometer di darat *atau* berjalan mengikut tali air *atau* berbasikal tidak kurang daripada sepuluh kilometer dan berkhemah semalam bersama dengan dua orang pengakap lain yang sebaya dengannya. Membuat laporan bertulis mengenai perjalanan itu dalam Buku Log mengikut format yang ditentukan.
4. Mengetahui alatan khas yang digunakan untuk 'abseil' (*rappel*) dan memahami langkah keselamatan untuk aktiviti tersebut.
Memahami 'belay-system' dan melakukan 'abseil' dengan betul hingga sepuluh meter.
(Penilai bertanggungjawab bagi semua persediaan keselamatan.)

atau

Mengetahui bahagian pada perahu/kayak/sampan serta langkah keselamatan semasa mendayung dan mendayungnya sejauh sekurang-kurangnya satu kilometer.

atau

Mengetahui alat yang perlu untuk ikhtiar hidup (*survival*); mengetahui cara membuat perangkap/jerat yang mudah dan bermalam di pinggir hutan bersama seorang pengakap lain dengan membawa alatan untuk ikhtiar hidup sahaja.

PERKHIDMATAN

1. Tahu membuat balutan berikut:
 - (a) membalut bahu;
 - (b) membalut siku/lutut;
 - (c) membalut pinggang.
2. Mengetahui:
 - (a) cara memberi pertolongan cemas apabila keluar darah dan apabila terkejut;

- (b) risiko yang terlibat apabila memindahkan orang yang cedera.
3. Menunjukkan cara memanggil polis, bomba dan ambulans dengan terang, jelas dan betul serta mengetahui mengambil tindakan memberi pertolongan cemas kepada mangsa kebakaran, lemas, kejutan elektrik, kebocoran gas, dan lain-lain.
 4. Menjalankan kerja sukarela secara bersendirian atau bera-
mai-ramai di dalam atau di luar bidang pengakap sama ada:
 - (a) membuat kerja yang berguna tidak kurang daripada tiga jam lamanya,

atau

- (b) memberi perkhidmatan selalu.

Contoh format ujian Lencana Maju

Nama	:	
Sekolah	:	
Kumpulan	:	
Patrol	:	
Penguji	:	
Tarikh Lulus	:	

<i>Lencana Maju</i>	<i>Tarikh</i>	<i>Penguji</i>
A Cita-cita Pengakap 1. Organisasi MPD, MPM dan PPM 2. Melukis bendera semua negeri Malaysia 3. Nama penuh PN, PD dan PPD 4. Undang-undang Pengakap		
B Kecergasan dan Kesegaran Jasmani 1. Latihan asas perbarisan 2. Kawat tongkat 3. Upacara mengibarkan dan menurunkan bendera 4. Memanjat tali/pokok		

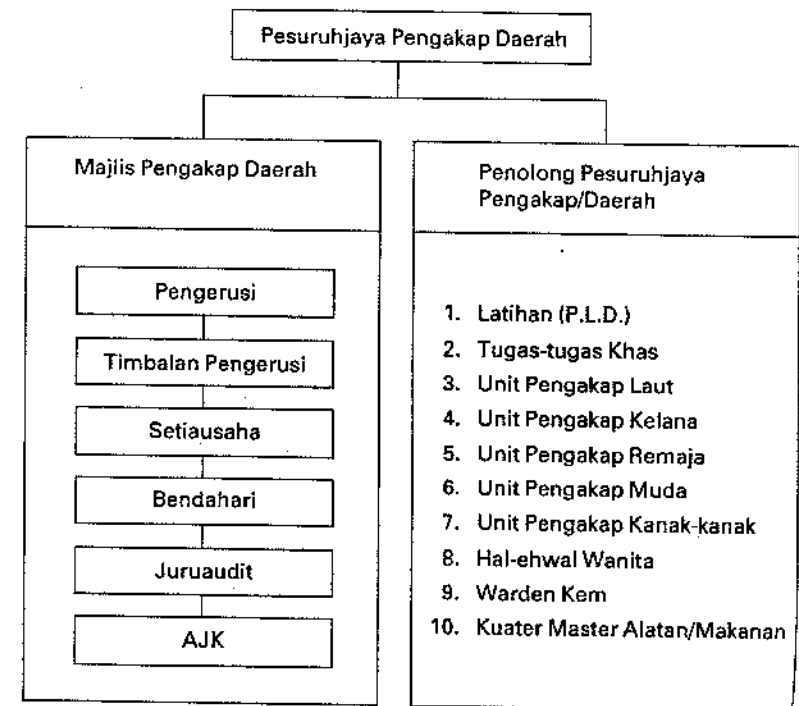
Lencana Maju	Tarikh	Penguji
C Kemahiran Berpengakap 1. Menjaga, mengasah dan menyimpan kapak, kapak penebang dan gergaji 2. Teknik menggunakan kapak 3. Simpulan dan ikatan 4. Memasak makanan rimba (<i>backwood's</i>) 5. Model projek merintis 6. Kajian satu perkara berikut: (a) Burung, binatang dan pokok tempatan (b) Lawatan bangunan penting/kawasan (c) Kawasan tempatan 7. Berkhemah tidak kurang daripada lapan malam 8. Berenang 30 m/langkah keselamatan berenang 9. Langkah keselamatan kegiatan kerja luar 10. Melakukan dua perkara berikut: (a) Dapur gas, lampu gas/dapur minyak tanah (b) Keperluan berkhemah (c) Memasak untuk dua orang		
D Pengembaraan 1. Jenis kompas dan membaca bearing 2. Sistem kontur, rujukan grid, skala dan kunci peta 3. Mengembara 8 km-jalan kaki/10 km-basikal 4. 'Abseil'/berperahu/ikhtiar hidup		
E Perkhidmatan 1. Balutan anduh 2. Tindakan kecemasan 3. Memanggil polis, bomba dan ambulans 4. Khidmat sukarela		

7

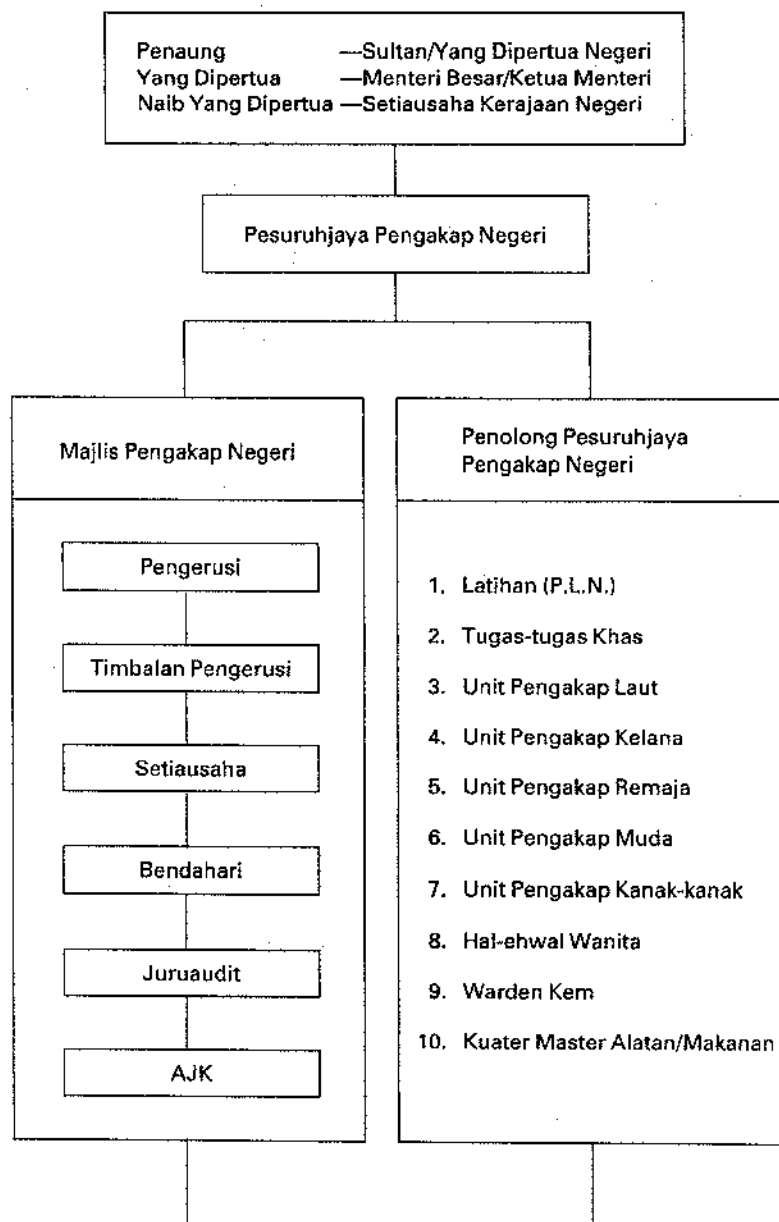
Cita-cita Pengakap

ORGANISASI M.P.D., M.P.N. DAN P.P.M

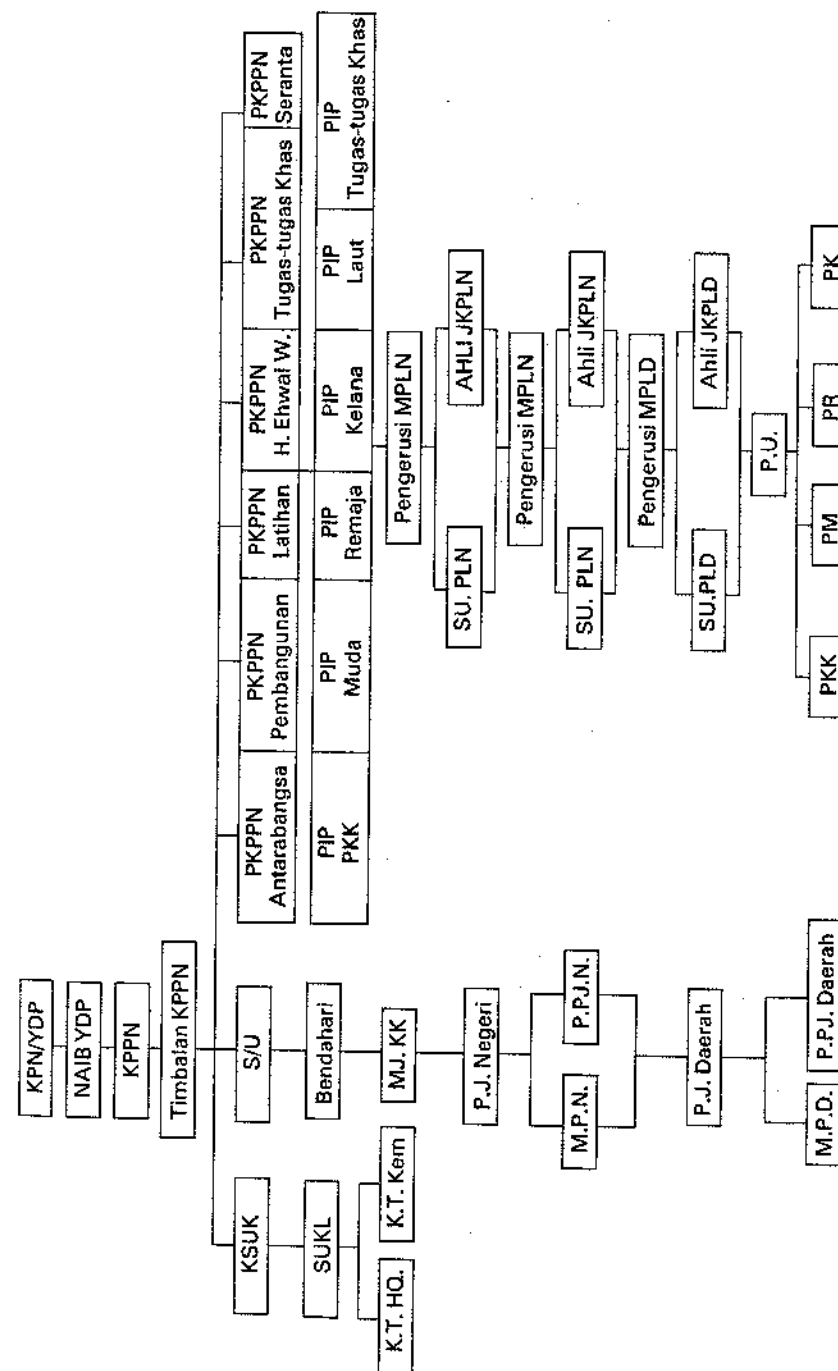
Mengetahui Organisasi Majlis Pengakap Daerah,
Majlis Pengakap Negeri Dan Persekutuan
Pengakap Malaysia



Rajah 7.1 Carta Organisasi Majlis Pengakap Daerah



Rajah 7.2 Carta Organisasi Majlis Pengakap Negeri



Rajah 7.3 Carta Organisasi Persekutuan Pengakap Malaysia

Petunjuk

1. KPN/YDP —Ketua Pengakap Negara/Yang Dipertua
2. NAIB YDP —Naib Yang Dipertua
3. KPPN —Ketua Pesuruhjaya Pengakap Negara
4. Timbalan KPPN —Timbalan Ketua Pesuruhjaya Pengakap Negara
5. KSUK —Ketua Setiausaha Kerja
6. SUKL —Setiausaha Kerja Latihan
7. K.T. HQ —Kakitangan Ibu Pejabat
8. K.T. Kem —Kakitangan Kem
9. S.U. —Setiausaha
10. Bendahari —Bendahari
11. MJ. KK —Majlis Jawatankuasa Kerja
12. P.J. Negeri —Pesuruhjaya Negeri
13. M.P.N. —Majlis Pengakap Negeri
14. P.P.J.N. —Penolong Pesuruhjaya Negeri
15. P.J. Daerah —Pesuruhjaya Daerah
16. M.P.D. —Majlis Pengakap Daerah
17. P.P.J. Daerah —Penolong Pesuruhjaya Daerah
18. PKPPN Antara-bangsa —Penolong Ketua Pesuruhjaya Pengakap Negara (Antarabangsa)
19. PKPPN Pembangunan —Penolong Ketua Pesuruhjaya Pengakap Negara (Pembangunan)
20. PKPPN Latihan —Penolong Ketua Pesuruhjaya Pengakap Negara (Latihan)
21. PKPPN H.Ehwal W —Penolong Ketua Pesuruhjaya Pengakap Negara (Hal-chwal Wanita)
22. PKPN Tugas-tugas Khas —Penolong Ketua Pesuruhjaya Pengakap Negara (Tugas-tugas Khas)
23. PKKPN Seranta —Penolong Ketua Pesuruhjaya Pengakap Negara (Seranta)
24. PIP PKK —Pesuruhjaya Ibu Pejabat (Pengakap Kanak-kanak)
25. PIP Muda —Pesuruhjaya Ibu Pejabat (Pengakap Muda)
26. PIP Remaja —Pesuruhjaya Ibu Pejabat (Pengakap Remaja)

27. PIP Kelana —Pesuruhjaya Ibu Pejabat (Pengakap Kelana)
28. PIP Laut —Pesuruhjaya Ibu Pejabat (Pengakap Laut)
29. PIP Tugas-tugas Khas —Pesuruhjaya Ibu Pejabat (Tugas-tugas Khas)
30. Pengerusi MPLN —Pengerusi Majlis Pasukan Latihan Negara
31. S.U. PLN —Setiausaha Pasukan Latihan Negara
32. Ahli JKPLN —Ahli Jawatankuasa Pasukan Latihan Negara
33. Pengerusi MPLN —Pengerusi Majlis Pasukan Latihan Negeri
34. S.U. PLN —Setiausaha Pasukan Latihan Negeri
35. Ahli JKPLN —Ahli Jawatankuasa Pasukan Latihan Negeri
36. Pengerusi MPLD —Pengerusi Majlis Pasukan Latihan Daerah
37. S. U. PLD —Setiausaha Pasukan Latihan Daerah
38. Ahli JKPLD —Ahli Jawatankuasa Pasukan Latihan Daerah
39. P.U. —Pemimpin Unit
40. PKK —Pengakap Kanak-kanak
41. PM —Pengakap Muda
42. PR —Pengakap Remaja
43. PK —Pengakap Kelana

MELUKIS BENDERA SEMUA NEGERI MALAYSIA

Untuk bentuk dan keterangan tentangnya, sila lihat halaman 26-31 iaitu dalam bahagian Lencana Usaha.

NAMA PENUH P.N., P.D. DAN P.P.D.

Mengenali dan mengetahui nama penuh Pesuruhjaya Pengakap Negeri, Pesuruhjaya Pengakap Daerah dan Penolong Pesuruhjaya Pengakap Daerah sendiri.

	Nama
Pesuruhjaya Pengakap Negeri	
Pesuruhjaya Pengakap Daerah	
1. Penolong Pesuruhjaya Pengakap Daerah (Latihan-PLD)	
2. Penolong Pesuruhjaya Pengakap Daerah (Tugas-tugas Khas)	
3. Penolong Pesuruhjaya Pengakap Daerah (Unit Pengakap Laut)	
4. Penolong Pesuruhjaya Pengakap Daerah (Unit Pengakap Kelana)	
5. Penolong Pesuruhjaya Pengakap Daerah (Unit Pengakap Remaja)	
6. Penolong Pesuruhjaya Pengakap Daerah (Unit Pengakap Muda)	
7. Penolong Pesuruhjaya Pengakap Daerah (Unit Pengakap Kanak-kanak)	
8. Penolong Pesuruhjaya Pengakap Daerah (Hal-ehwal Wanita)	
9. Penolong Pesuruhjaya Pengakap Daerah (Warden Kem)	
10. Penolong Pesuruhjaya Pengakap Daerah (Kuater Master Alatan/Makanan)	

PERSETIAAN PENGAKAP DAN UNDANG-UNDANG PENGAKAP

Pengertian

1. Pengakap Kanak-kanak. Mengenal persetiaan asas pergerakan, mengenal diri, mengenal bangsa dan mengenal raja.
2. Pengakap Muda/Remaja. Mupuk dan menanam semangat serta menjadikan darah daging tujuan pergerakan.
3. Pengakap Kelana/Pemimpin. mempraktikkan persetiaan sebagai pemimpin remaja, menunjukkan teladan-teladan yang baik dengan tugas-tugas yang lebih luas.

Persetiaan Pengakap

Taat Kepada Tuhan

1. Tiap-tiap pengakap mestilah beragama, walau apa agama sekalipun dan hendaklah beramal dan beribadat dengannya seperti sembahyang dan lain-lain.
2. Melatih pengakap agar bersyukur kepada Tuhan kerana Dialah yang memberi rezeki dan rahmat.
3. Menaruh kepercayaan kepada diri sendiri, boleh mempengaruhi kanak-kanak lain supaya memasuki pengakap. Mematuhi atau menunjukkan teladan diri.

Taat Kepada Raja

1. Raja itu pemerintah negeri, oleh itu mestilah kita taat kepadanya atau wakilnya, serta mematuhi segala undang-undang dan hukuman negeri. Hendaklah melatih mempercayai dan menghormati undang-undang dan adat istiadat negara Malaysia.
2. Tahu sedikit sebanyak bahasa diraja.
3. Mempunyai disiplin dan tatatertib terhadap majlis-majlis yang dihadiri oleh raja-raja.

Taat Kepada Negara

1. Menghormati undang-undang negara Malaysia.
2. Memahami, membantu dan membangunkan negara Malaysia.
3. Jujur kepada negara, pemerintah, dasar kerajaan, menyokong dan menyertai rancangan gerakan negara.
4. Mengelakkan diri daripada keinginan yang merosakkan imej negara.

Menolong Orang Pada Setiap Masa

1. Dengan rela hati dan jujur memberi bakti atau pertolongan kepada orang-orang yang memerlukan pertolongan, melalui perseorangan atau kumpulan.
2. Menyelamatkan harta benda dalam sesuatu bencana alam.
3. Menolong dalam berbagai kecemasan dan kemalangan serta sebarang kerja amal yang difikirkan sesuai.
4. Prinsip pertolongan tanpa mengira warna kulit, bangsa dan negara, jauh sekali daripada upah tenaga.

Mematuhi Undang-undang Pengakap

1. Dalam masa melatih kanak-kanak, tujuan yang mulia hendaklah dipentingkan dan jangan dilupakan dalam proses memberi latihan.
2. Tekanan yang sama hendaklah diberikan dalam latihan perkembangan rohani, jasmani dan akal.
3. Matlamat kita ialah perkembangan keperibadian yang boleh memberi bantuan positif dalam kehidupan.
4. Tujuan pengakap ialah supaya generasi akan datang akan maju dan sedar bahawa khidmat orang lain adalah satu amalan terpuji dan bertanggungjawab terhadap Tuhan dan jiran-jiran kita.

Undang-undang Pengakap

1. *Pengakap adalah seorang yang sentiasa dipercayai maruah dan kehormatan dirinya.* Tegaskan bagi menggalakkan kejujuran dan jauhkan daripada membuat kesilapan. Jangan cuba menipu dalam permainan atau pertandingan, dan paling mustahak, semua pemimpin mestilah percayakan pengakap di bawahnya.
2. *Pengakap adalah seorang yang taat kepada Yang di-Per-tuan Agong serta raja-raja dan kepada pemimpin-pemimpin pengakap, ibu bapa, majikannya dan orang-orang di bawahnya.* Menunjukkan taat setia pada pemimpin-pemimpin negara dan mereka yang lebih tua serta majikan adalah tanggungjawab pengakap. Manakala pemimpin pengakap pula hendaklah setia kepada mereka yang di bawahnya terutama sekali dalam masa membuat kerja-kerja yang susah.
3. *Pengakap adalah wajib menjadikan dirinya berguna dan menolong orang pada setiap masa.* Berbuat baik menjadi dasar utama. Pemimpin-pemimpin hendaklah memerhatikan dalam perkara ini, terutama sekali dalam masa dan cara berpatrol.
4. *Pengakap adalah sahabat kepada sekalian orang dan saudara kepada pengakap lain walau apa negeri, pangkat atau agama.* Pengakap digalakkan berjumpa dengan kumpulan-kumpulan jiran, hadir dalam perkhemahan

daerah, malam kebudayaan, sahabat pena, lawatan ke luar negeri, jambori dan lain-lain.

5. *Pengakap adalah seorang yang baik dan sempurna budi pekerti dan sentiasa berbudi.* Perhatikan kelakuan pengakap, terutama apabila keluar di kaki lima, berbasikal, menjaga keselamatan jalan raya, bertimbang rasa kepada orang lain apabila menggunakan radio atau televisyen umpamanya. Tidak mengganggu jiran-jiran masa mengadakan 'hike' waktu malam atau permainan.
6. *Pengakap adalah baik dan kasih kepada segala binatang.* Ajar mereka memelihara binatang-binatang, memberi makan dan kasih sayang. Galakkan pengakap supaya suka kepada ilmu sains, dan sayang kepada benda-benda hidup.
7. *Pengakap adalah seorang yang sentiasa menurut perintah dan suruhan ibu bapanya, ketua patrolnya atau pemimpin-pemimpin pengakapnya tanpa apa-apa soalan.* Tegaskan supaya menurut perintah. Semakin jauh mengembara semakin kuat dikehendaki berdisiplin. Segala perintah hendaklah terang dan munasabah serta boleh dijalankan.
8. *Pengakap adalah seorang yang sentiasa sabar dan manis mukanya pada masa kesusahan.* Ini adalah sebagaimana yang diamalkan di dalam unit. Belajar menerima kemenangan dan kekalahan dengan semangat yang sama seperti dalam sukan.
9. *Pengakap adalah jimat dan cermat.* Ini termasuk bukan sahaja berjimat cermat terhadap wang bahkan berjimat kepada makanan, pakaian, masa bercakap, menutup pintu selepas menggunakannya dan menepati masa.
10. *Pengakap adalah bersih dan suci fikirannya, perkataannya dan perbuatannya.* Ambil berat di atas keseluruhan jasmaninya, kemudian atas keseluruhan mentalnya. Cara-cara yang diajar dalam unit sangat mustahak. Sentiasa menggunakan cara-cara berpatrol/patrol sistem.

Semua matlamat berpengakap mestilah memenuhi syarat persetiaan.

8

Kecergasan Dan Kesegaran Jasmani

LATIHAN ASAS PERBARISAN

<i>Perlakuan</i>	<i>Arahan</i>
1. Meluruskan barisan	Luruskan barisan . . . gerak
2. Berjalan dengan cepat	Dari kiri (atau dari kanan), cepat jalan!!
3. Menghentak kaki	Baris, hentak kaki!
4. Berhenti daripada berjalan (kawat)	Baris . . . henti!
5. Membelok ke kanan	Ke kanan belok!
6. Membelok ke kiri	Ke kiri belok!
7. Tukar Langkah	Dari kiri (atau dari kanan), tukar langkah.
8. Berjalan dengan perlahan	Dari kiri (atau dari kanan), perlahan jalan!

KAWAT TONGKAT

Untuk huraian dan keterangan tentangnya, sila lihat halaman 254-64, dalam Lampiran C.

UPACARA MENGIBARKAN DAN MENURUNKAN BENDERA

Upacara Mengibarkan Bendera

Pada setiap kali perjumpaan dan perkhemahan diadakan, istiadat yang paling penting ialah mengibarkan dan menurunkan

bendera. Istiadat ini mestilah dihadiri oleh semua pengakap dan pemimpin pengakap yang menghadiri perjumpaan tersebut.

Bagaimana Menjalankan Upacara Mengibarkan Bendera

1. Lipat bendera dan bersedia di tiang bendera.
2. Sediakan pengakap yang akan mengibarkan atau menurunkan bendera. Pengakap itu mestilah memakai pakaian seragam yang lengkap. Jika terdapat lebih daripada satu bendera yang akan dikibarkan atau sebaliknya, jumlah pengakap perlu ditambah.

Peringatan: Hanya seorang pengakap sahaja untuk mengibarkan sesuatu bendera dan dua orang pengakap digunakan untuk menurunkan bendera.

3. Semua pengakap dikehendaki berbaris dalam patrol dan berkeadaan sedia. Ketua kumpulan akan mengarahkan semua pengakap supaya bersedia.
4. Pengakap yang ditugaskan untuk mengibarkan bendera akan bergerak ke tiang bendera dan mengibarkan bendera tersebut.
5. Pengakap yang ditugaskan tadi akan melangkah selangkah ke belakang kemudian memberi hormat kepada bendera, dan diikuti oleh semua pemimpin dan pengakap lain.
6. Kemudian Lagu Kebangsaan dan lagu negeri dinyanyikan beramai-ramai.
7. Selepas itu pengakap yang bertugas akan bergerak ke tempat asalnya.
8. Istiadat melafazkan persetiaan pengakap dijalankan dengan diketuai oleh ketua kumpulan.
9. Istiadat bertafakur dan bacaan doa oleh yang beragama Islam dijalankan.
10. Pemimpin akan memberi arahan untuk aktiviti seterusnya pada hari itu.
11. Semua pengakap kemudiannya diarahkan keluar baris oleh ketua kumpulan untuk menjalankan aktiviti.

Menurunkan Bendera

1. Semua pengakap berada dalam patrolnya berbaris selari menghadap tiang bendera.
2. Ketua kumpulan mengarahkan semua pengakap bersedia.
3. Ketua kumpulan menyebut istiadat menurunkan bendera. Sebaik sahaja perkataan itu disebut, pengakap yang bertugas (dua orang bagi tiap bendera), akan bergerak ke tiang bendera. Bendera diturunkan perlahan-lahan. Pengakap kedua yang berada di belakang pengakap yang menurunkan bendera tadi akan menyambut bendera dan meletakkan di bahunya.
4. Bendera itu ditanggalkan dari tali tiang bendera kemudian dilipat kemas. Pengakap pertama akan bergerak menghadap pemimpin, kemudian memberi tabik hormat dan menyerahkan bendera tersebut.
5. Pengakap yang bertugas akan masuk semula ke barisannya.
6. Pemimpin pengakap akan memberi pesanan akhir kepada semua pengakap.
7. Semua pengakap diarahkan oleh ketua kumpulan untuk bersurai.

Perkhemahan

Bendera pengakap tidak perlu diturunkan dari tiang bendera sehinggalah tamat perkhemahan. Bendera negeri dan bendera Malaysia sahaja yang diturunkan pada tiap-tiap pukul 6.00 petang dan dinaikkan semula oleh pengakap bertugas pada pukul 6.00 pagi esoknya. Pada setiap kali istiadat ini dijalankan, satu tiupan wisel akan dibunyikan dan sebaik sahaja selesai dinaikkan, satu tiupan wisel dibunyikan. Dalam jangka masa dua tiupan wisel ini, semua pengakap dikehendaki berdiri tegak dan tidak dibenarkan melakukan sebarang perkara. Ini dilakukan sebagai tanda hormat kepada bendera.

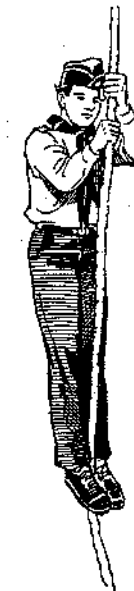
Peringatan: Bendera adalah lambang kebesaran. Pengakap tidak boleh melangkah atau menjadikan pengalas dan mengibarkan terbalik. Bendera hendaklah sentiasa disimpan dengan baik dan selamat.

MEMANJAT TALI/POKOK

Panjat Tali Setinggi Tiga Meter



(a) Memanjat tali
(Kombinasi tangan dan kaki)



(b) Menurun tali
(Kekuatan tangan)

Rajah 8.1

**Memanjat Pokok Sekurang-kurangnya
Setinggi Empat Meter**



Rajah 8.2 Memanjat pokok (kekuatan tangan, kaki)

9

Kemahiran Berpengakap

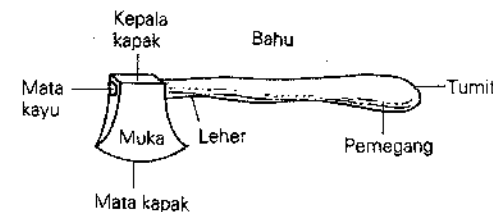
**MENJAGA, MENGASAH DAN
MENYIMPAN KAPAK DAN GERGAJI**

Kapak

Kapak amat berguna kepada pengakap kerana pengakap yang tahu menggunakannya boleh digelar 'pakar hutan'. Selain menggunakan kapak, pengakap juga mestilah tahu menjaganya supaya tidak membahayakan dan sentiasa dalam keadaan yang baik.

Ada berbagai-bagai jenis kapak, seperti kapak penebang, kapak penarah dan lain-lain. Setiap kapak ini hanya sesuai digunakan untuk tujuan tertentu sahaja. Kapak penebang biasanya mempunyai berat mata tiga paun. Batang atau pemegangnya adalah selari dengan mata kapak dan lurus.

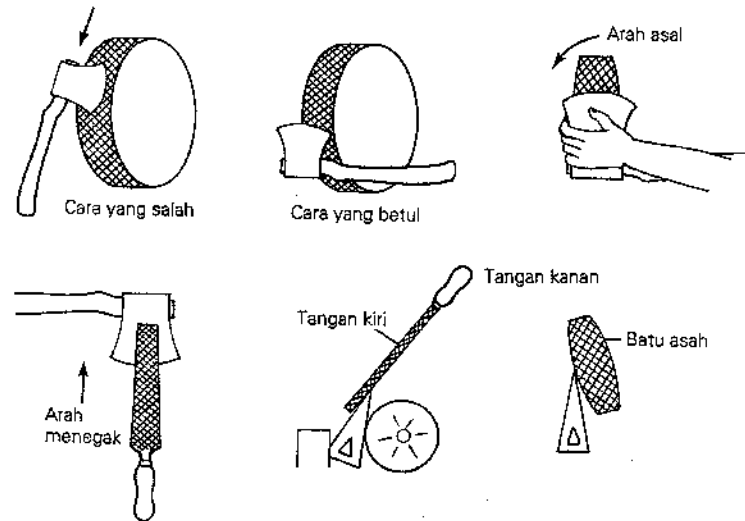
Untuk memastikan kapak dalam keadaan baik, pegangkan matanya ke bawah dan batangnya sama rata, kemudian tenang atau lihat dari pangkal batang kapak menerusi matanya dan kepalanya. Jika batang kapak itu tidak selari dengan matanya, ini bererti kapak itu tidak akan menghasilkan tebaran yang baik.



Rajah 9.1 Kapak dan bahagian-bahagiannya

Mengasah Kapak

Kapak yang digunakan mestilah sentiasa tajam kerana kapak yang tumpul tidak dapat digunakan untuk menebang. Oleh itu, kapak mesti diasah matanya sama ada dengan menggunakan kikir kecil ataupun dengan menggunakan batu asah.



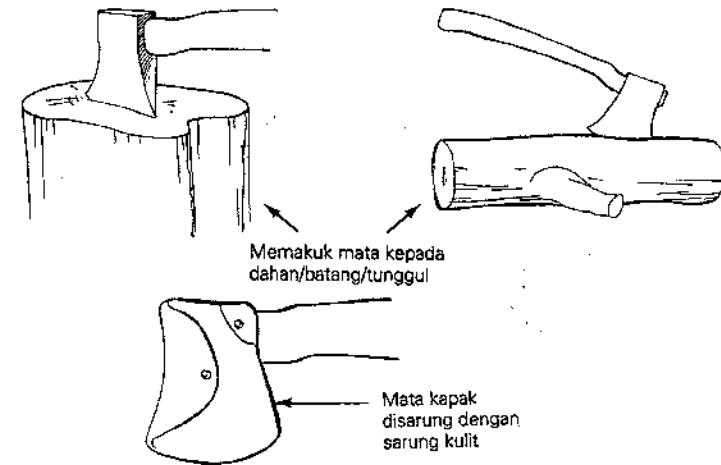
Rajah 9.2 Cara-cara mengasah kapak

Menyimpan Kapak

Cara yang paling selamat untuk mengelakkan kapak daripada mencederakan, adalah menjadi kewajipan pengguna menyimpannya dalam keadaan yang paling selamat.

Rajah 9.3 menunjukkan bagaimana menyimpan kapak yang telah digunakan. Caranya adalah seperti berikut:

1. Menyimpannya di poket khas yang telah disediakan. Pembalut mata ini biasanya diperbuat daripada kulit dan ia selamat.
2. Menutup bahagian matanya dengan kayu yang telah diberikan tali, kemudian mengikat tali tersebut supaya bahagian yang tajam itu ditutup.
3. Memakuk mata kapak pada tunggul kayu atau batang kayu.



Rajah 9.3 Menyimpan kapak

Menjaga Keselamatan

1. Mata kapak mestilah sentiasa tajam.
2. Jangan pakai pakaian yang labuh sehingga mengganggu keselesaan sewaktu bekerja.
3. Jangan pakai skarf sewaktu bekerja.
4. Pakai kasut semasa bekerja.
5. Pastikan tiada orang yang berhampiran sewaktu bekerja.
6. Sentiasa menjaga kapak supaya tidak tercabut daripada pemegangnya.
7. Sebaik sahaja selesai menggunakannya, kapak hendaklah disimpan di tempat yang selamat.

Teknik Menggunakan Kapak

Dapatkan kebenaran terlebih dahulu untuk menebang pokok kerana setengah-setengah jenis pokok adalah di bawah perlindungan Jabatan Hutan.

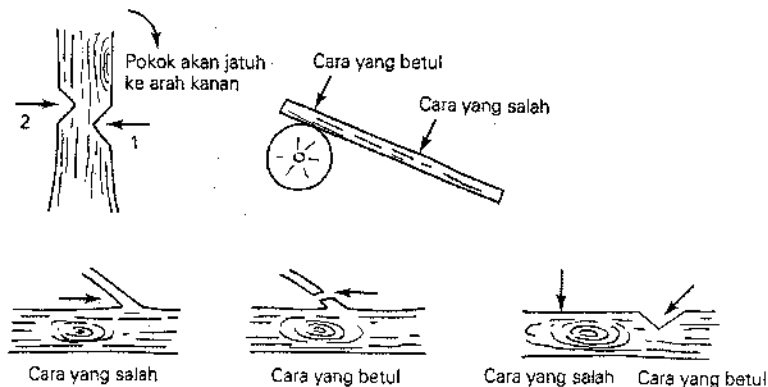
1. Langkah awal: Terlebih dahulu, terangkan pangkal pokok yang akan ditebang. Ini membolehkan anda membuat tebang, mengayun kapak dengan bebas. Anda juga perlu menebang anak-anak pokok yang terdapat di keliling anda untuk membolehkan anda berlari apabila

pokok yang ditebang itu tumbang. Pastikan tiada orang di tempat yang berhampiran kerana kemungkinan pokok yang tumbang itu akan menghempapnya.

- Langkah menebang: Pakuk/tebanglah pokok itu di arah yang anda kehendaki ia tumbang. Selepas itu pakuk pula di bahagian belakang yang bertentangan dengan yang pertama tadi. Rancangkan terlebih dahulu arah tumbangnya agar ia tidak menghempap pokok lain yang mungkin mengakibatkan pokok yang ditebang itu akan tersangkut pula.

Tandakan dua tempat yang akan ditebang, tebangan anda hendaklah rata di bawahnya kemudian menyerong pula di bahagian atasnya. Ini membolehkan ketulan atau serpihan kayu yang ditebang itu keluar dengan mudah. Apabila mendengar bunyi yang menandakan pokok itu akan tumbang, bergeraklah cepat ke sebelah belakang pokok itu jauh-jauh.

- Memotong dahan: Potongan dahan mestilah dimulakan di bahagian pangkal dahan, kemudian bahagian hujung. Kumpulkan semua dahan dan bahagian yang tidak dikehendaki di suatu tempat dan jangan sekali-kali membiarkan berselerak di merata-rata.

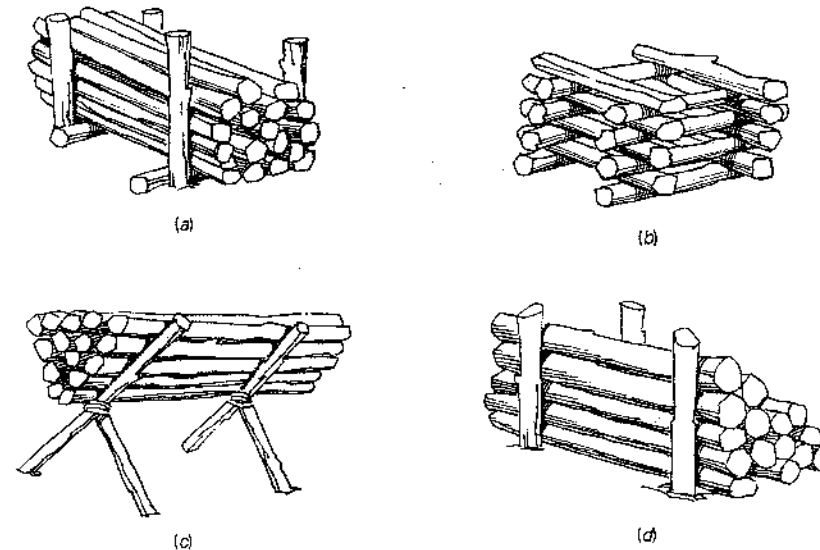


Rajah 9.4

Menyusun Kayu Api

Semua kayu api mestilah disusun rapi untuk mengelaknya daripada lembap. Kayu api yang telah dibelah dan yang masih

belum kering bolehlah disusun bersilang dan didedahkan kepada cahaya matahari. Sekiranya anda mengadakan perkhemahan jangka panjang, pastikan kayu api disusun dan disimpan di suatu tempat yang tertutup untuk mengelakkan daripada terkena hujan dan embun.



Rajah 9.5 Menyusun kayu api

Gergaji

Gergaji dapat menghasilkan keratan yang kemas dan amat perlu semasa perkhemahan. Terdapat berbagai-bagai jenis gergaji dan dalam berbagai-bagai saiz dan kegunaannya. Pilihlah gergaji yang sesuai untuk digunakan.

Gergaji digunakan untuk memisahkan satu bahagian papan daripada bahagian asalnya. Ia dibuat kebanyakannya daripada besi. Bahagian yang membuat potongan ialah gigi. Tolakan hadapan yang memotong. Gergaji lengkung halus digunakan untuk memotong lengkung. Ia boleh ditegangkan dengan cara memusing hulu gergaji tersebut. Semasa menggunakannya, pastikan matanya tidak panas. Jika tidak ia akan patah. Setelah menggunakannya, ingat supaya ia telah disapu dengan minyak. Jika tidak, ia akan berkarat.

Jenis Gergaji

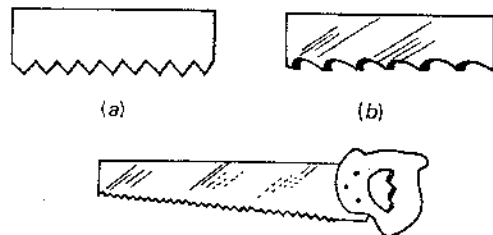
1. Gergaji tangan. Ada dua jenis gergaji yang digunakan, iaitu gergaji potong lintang, dan gergaji belah.

- (a) Gergaji potong lintang

- (i) Ia digunakan untuk menggergaji melintang urat kayu.
- (ii) Panjangnya di antara 50-70 cm.
- (iii) Jarak gigi dalam seinci di antara 5-9 mata.

- (b) Gergaji belah

- (i) Ia digunakan untuk menggergaji mengikut arah urat kayu (proses memotong mengikut arah urat kayu dipanggil membelah).
- (ii) Panjang bilah di antara 60-70 cm.
- (iii) Jarak gigi dalam seinci di antara 3-4 mata.

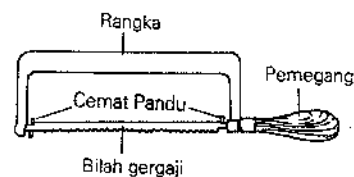


Rajah 9.6 (a) Gergaji potong lintang
(b) Gergaji belah

2. Gergaji memotong lengkung. Terdapat dua jenis gergaji memotong lengkung, iaitu gergaji lengkung halus, dan gergaji busar.

- (a) Gergaji lengkung halus

- (i) Ia digunakan untuk menggergaji bahagian tepi melengkung pada papan nipis.



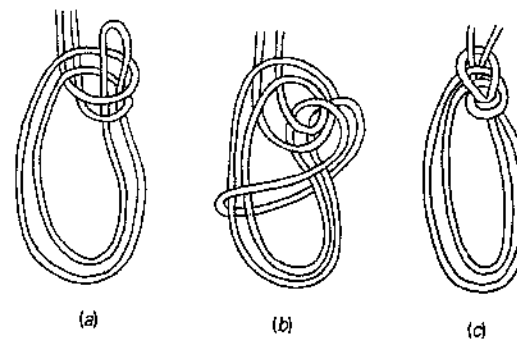
Rajah 9.7 Gergaji memotong lengkung

- (ii) Apabila memasang bilah gergaji, gigi belah mesti menunjukkan ke arah pemegang.
- (iii) Selepas digunakan, longgarkan pemegangnya untuk melepaskan kuasa tegangan pada bilah gergaji.
- (iv) Buat potongan panduan apabila menggergaji lengkung yang dalam.

SIMPULAN DAN IKATAN

1. Tindih Kasih Ganda (*Double Bowline*)

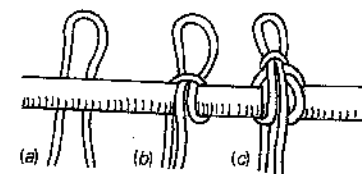
Simpulan ini adalah seperti tindih kasih biasa, tetapi lebih tegap oleh sebab ada dua utas tali, satu daripada hujungnya tetap tidak boleh terlucut. Simpul ini baik bagi kerja-kerja menyelamat. Kedua-dua tanjul itu boleh diubah untuk disesuaikan bagi orang sakit.



Rajah 9.8

2. Belit Lucut (*Highwayman's Hitch*)

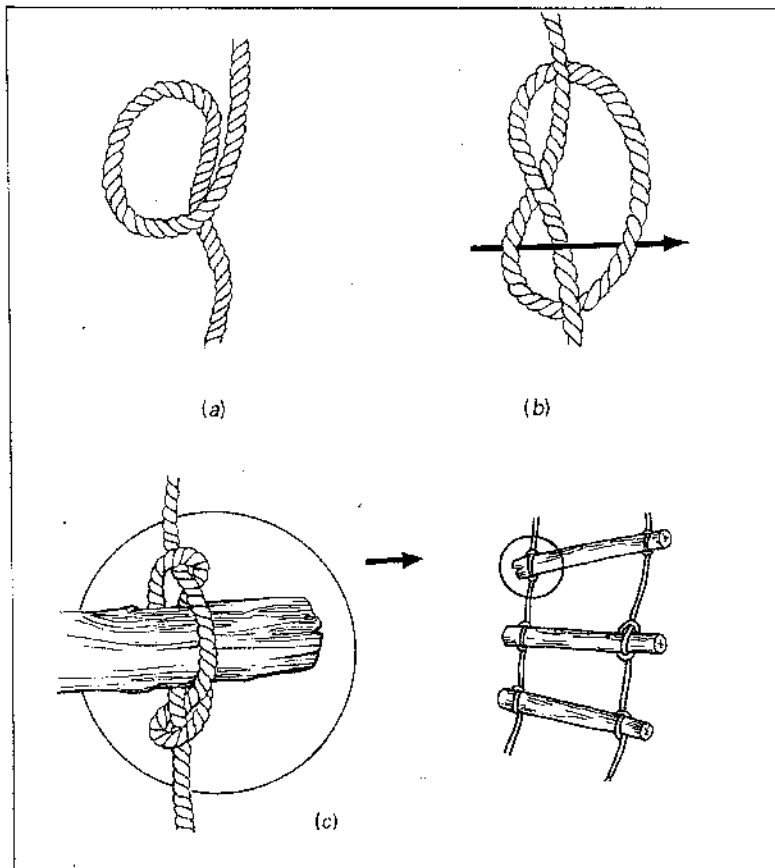
Simpulan ini digunakan untuk mengikat tali pada tiang atau pokok bagi tujuan memanjat tali, menuruni pokok atau bukit. Ia dapat dibuka dengan senang.



Rajah 9.9

3. Lilit Pasdul (*Marline-Spike Hitch*)

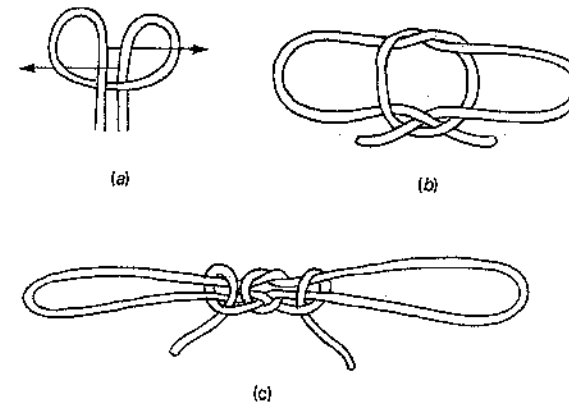
Digunakan untuk membuat tangga dan untuk mencabut kayu pancang yang terbenam terlalu dalam di dalam tanah.



Rajah 9.10

4. Simpul Kerusi (*Fireman's Chair Knot*)

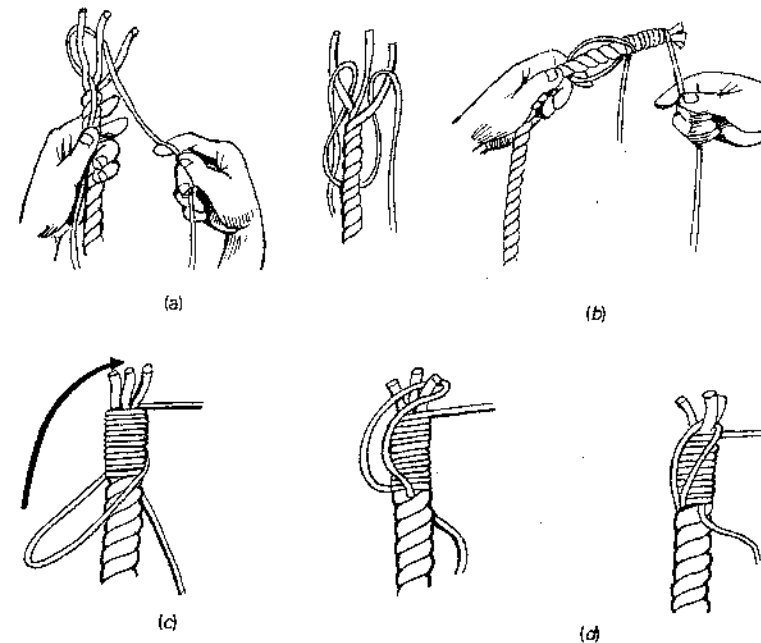
Digunakan untuk menurunkan orang dari bangunan atau juram dengan memasukkan tanjul yang kecil di sekeliling dada dan tanjul yang besar di sekeliling kaki atau pelipatan lutut.



Rajah 9.11

5. Lilit Pemati Selit (*Sail-Maker's Whipping*)

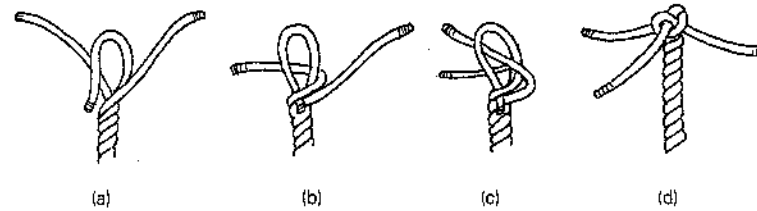
Digunakan untuk mematikan hujung tali supaya hujung tali itu nampak kemas dan tidak terbang.



Rajah 9.12

6. Simpul Kepala Lalat (Crown Knot)

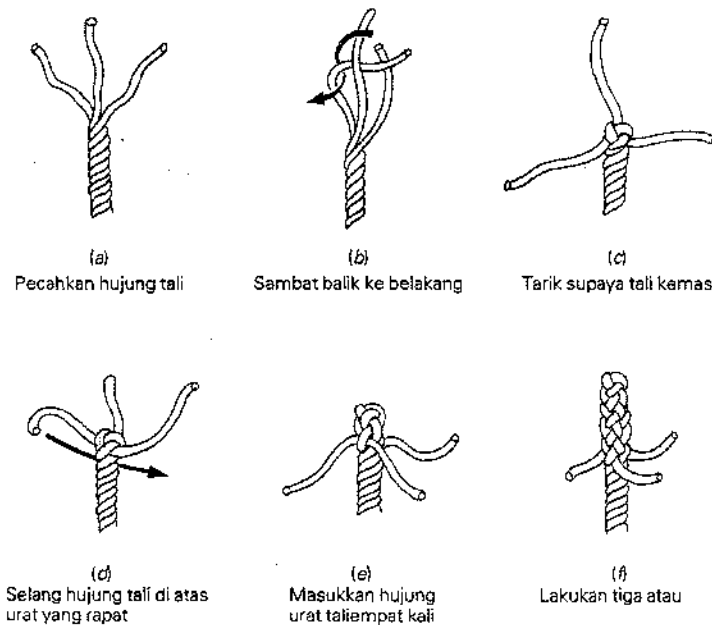
Simpulan ini digunakan bagi mengelakkan hujung tali daripada terurai.



Rajah 9.13

7. Sambat Balik (Back Splice)

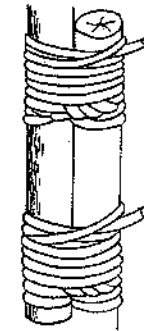
Digunakan untuk mencegah hujung tali daripada ber-cetai. Dimulakan dengan kepala lalat dan kemudian teruskan dengan anyaman balik.



Rajah 9.14

8. Ikat Silang Gunting (Sheer Lashing)

Digunakan untuk menyambung dua batang kayu/buluh bagi membuat kaki yang bersilang, untuk menyambung kayu supaya menjadi panjang, dan untuk menguatkan batang kayu yang lemah. Ikatan ini dimulakan dengan simpul manuk dan diakhiri dengan simpul manuk juga.



Rajah 9.15

MEMASAK MAKANAN RIMBA (BACKWOOD'S COOKING)

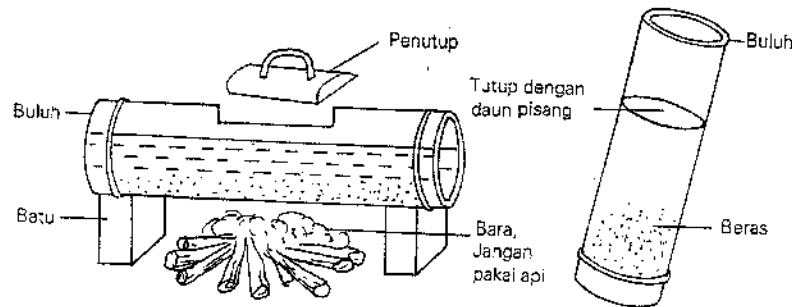
Contoh format ujian

Nama Peserta :
 Penguji :
 Tarikh :
 Tempat :
 Cuaca :
 Rakan :

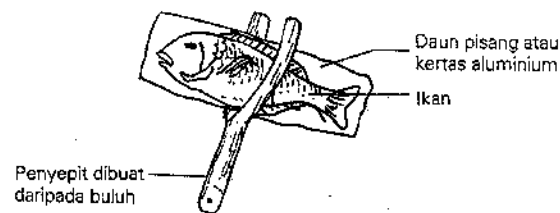
- Masakan :
1. Nasi di dalam buluh.
 2. Ikan panggang.
 3. Ayam panggang.
 4. Telur dimasak dalam keledak.
 5. Membakar ubi kentang.
 6. Roti lilit.

Keterangan Secara Praktikal*Nasi Di Dalam Buluh*

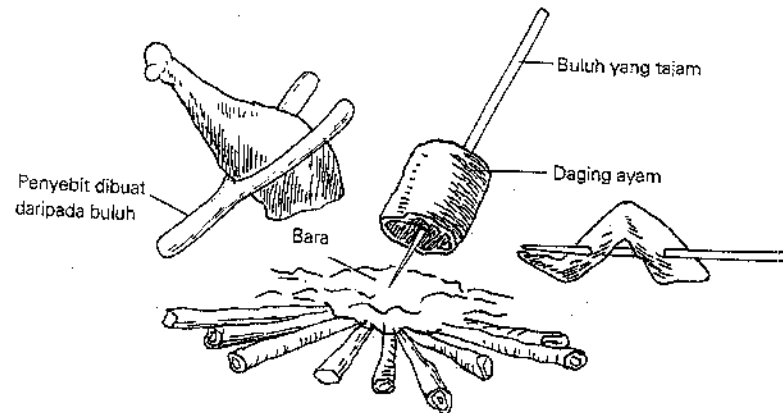
Ambil satu buluh yang tebal. Tebukkan satu lubang bersegi-empat di tengah. Buatlah satu pemegang dengan buluh, kemudian cuci buluh itu bersih-bersih dan masukkan beras yang sudah dicuci. Selepas itu, letakkannya di atas bara arang. Ia mengambil masa 35 minit untuk masak. *Ingat:* Jumlah sukatan air sama dengan sukatan beras.

**Rajah 9.16** Memasak nasi di dalam buluh*Ikan Panggang*

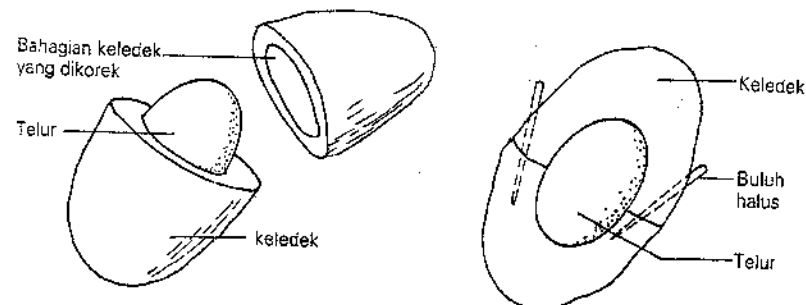
Ambil sehelai daun pisang kemudian letakkan ikan yang telah dibersihkan itu di atasnya. Masukkan kicap perasa dan minyak masak dan bungkusannya. Lepas itu, kepitkannya dengan sebatang buluh. Di permukaan luar daun pisang, sapukan minyak masak supaya ia tidak terbakar. Panggangkan ikan di atas bara arang sampai ia berbau. Ia mengambil masa kira-kira 15 minit untuk masak.

**Rajah 9.17***Ayam Panggang*

Potong daging ayam kepada ketulan yang dikehendaki. Kemudian sapukan serbuk kari, kicap, minyak, garam dan perasa supaya ia lazat. Cucukkan ketulan daging itu dengan buluh tajam atau kepitkannya dengan buluh dan panggang ia sampai masak di bawah bara arang.

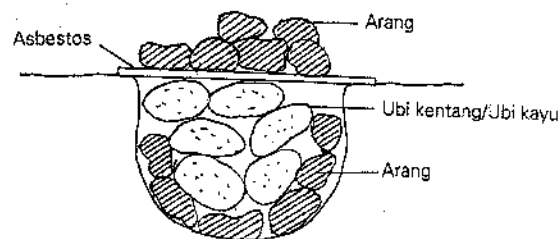
**Rajah 9.18***Telur Dimasak Dalam Keledek*

Potong sebiji ubi keledek yang lonjong kepada dua bahagian, kemudian korek sebahagian isi dalamnya. Masukkan telur ke dalam keledek itu dan tutupkannya dengan sebatang kayu halus. Lepas itu, masukkan keledek ke dalam lubang yang ditutup dengan asbestos yang mempunyai arang bakar di atasnya. Ia mengambil masa 30 minit untuk masak.

**Rajah 9.19**

Membakar Ubi Kentang/Ubi Kayu

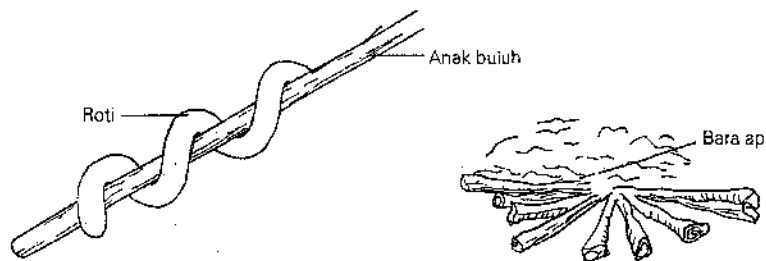
Basuh dan keringkan ubi kentang. Sediakan sekeping asbestos, kemudian korekkan satu lubang, letakkan ubi kentang itu di dalam lubang. Tutup lubang itu dengan asbestos dan kemudian nyalakan api. Biarkan selama 40 minit. Cucukkan ubi kentang dengan sebatang kayu yang rajam supaya wapnya boleh keluar.



Rajah 9.20

Roti Lilit

1. Gaul tepung dengan air, garam dan uli hingga sebatu.
2. Sebatang kayu yang telah dikupas kulit (kayu hidup) atau buluh digunakan untuk melilit tepung yang telah diuli.
3. Tebal tepung adalah 2-4 cm. Jangan terlalu tebal kerana bahagian dalamnya akan lambat masak.
4. Bakarkannya di atas bara yang sederhana.
5. Marjerin atau keju disapukan pada roti tersebut bagi menambah keunikannya.



Rajah 9.21

Keterangan Secara Teori*Telur*

Ada beberapa cara untuk memasak telur:

1. Balut telur dengan tanah liat dan bakar di api. Apabila tanah liat kering, satu letupan kecil akan kedengaran menandakan telur telah masak.
2. Belah kentang, keluarkan sebahagian isinya dan masukkan telur (tanpa kulit) ke dalamnya. Kentang empuk dan telur di bahagian dalamnya akan masak.
3. Keluarkan sebahagian daripada isi bawang besar kemudian curahkan telur ke dalamnya dan bakar.
4. Keluarkan isi oren, masukkan isi telur ke dalamnya, telur ini akan berasa oren.

Nasi

1. Menggunakan buluh—Prosesnya sama seperti teknik membuat lemang, sedikit air dan beras dimasukkan ke dalam buluh yang telah dilapiskan (di bahagian dalam) dengan daun pisang, kemudian panaskan di atas api perlahan-lahan sehingga masak.
2. Menggunakan daun palas atau daun kelapa. Sama seperti memasak ketupat.
3. Memasak nasi dalam skarf. Rendam beras hingga kembang. Basahkan skarf dan masukkan beras ke dalamnya, timbuskan dengan tanah 2-4 cm tebal dan letakkan bara di sebelah atasnya. *Ingat:* Jumlah sukatan air sama dengan sukatan beras.

Daging

1. Ricihkan sebesar 2-3 cm dan panggang cucuk daging dengan sebatang kayu.
2. Hiris daging berkeping-keping, kemudian dapatkan sekeping batu yang licin/batu hampar. Bakar batu di bara sehingga batu menjadi panas, keluarkan batu itu dan letakkan daging pada batu tersebut.

Burung, Ikan dan Ayam

1. Bungkus dalam tanah liat tanpa membuang bulunya, masukkan ke bara api. Apabila telah masak, bulu ayam atau

burung itu akan tertanggal daripada kulitnya dan melekat di tanah liat.

2. Panggang dengan menggunakan penyepit khas atau yang dibuat sendiri.

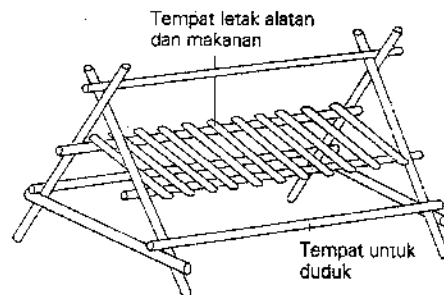
*Latihan-latihan perlu dibuat untuk menghasilkan masakan yang enak. Bahan-bahan perasa boleh dipertingkatkan berdasarkan kesesuaian masakan.

MODEL PROJEK MERINTIS

Pengakap perlu tahu cara-cara membuat projek-projek berikut, yang diperlukan terutamanya semasa mengadakan perkhemahan.

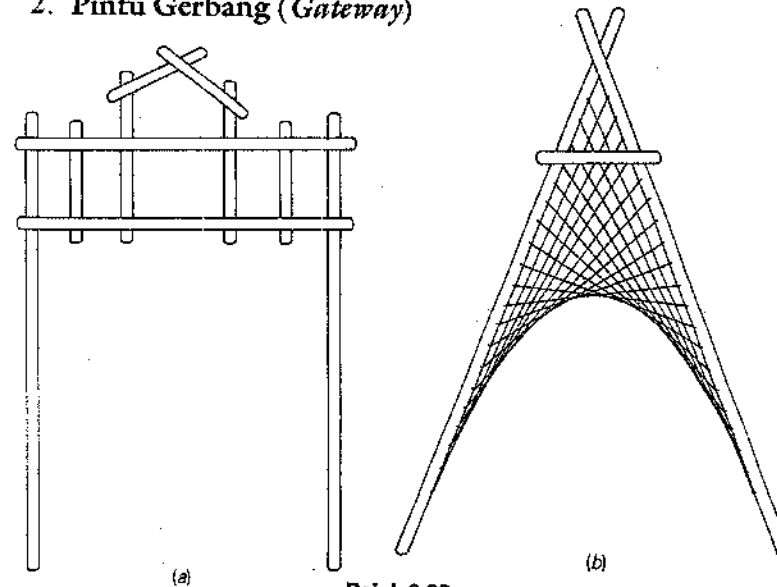
1. Meja makan (*Kitchen table*).
2. Pintu gerbang (*Gateway*).
3. Tiang bendera (*Flag pole*).
4. Tempat menyimpan makanan (*Larder*).
5. Rak kasut (*Shoes rack*).
6. Tandas (*Toilet*).
7. Tong sampah (*Dry and wet pit*).
8. Penyokong besen (*Basin stand*).
9. Rak telur (*Eggs rack*).
10. Kawasan, pagar (*Compound*).
11. Tempat menggantung pakaian (*Cloth hanger*).
12. Penggantung sudu dan garpu (*Spoon dan fork hanger*).
13. Penyangkut cawan (*Mug holder*).
14. Jambatan monyet (*Monkey bridge*).
15. Menara (*Tower*).

1. Meja Makan (*Kitchen Table*)



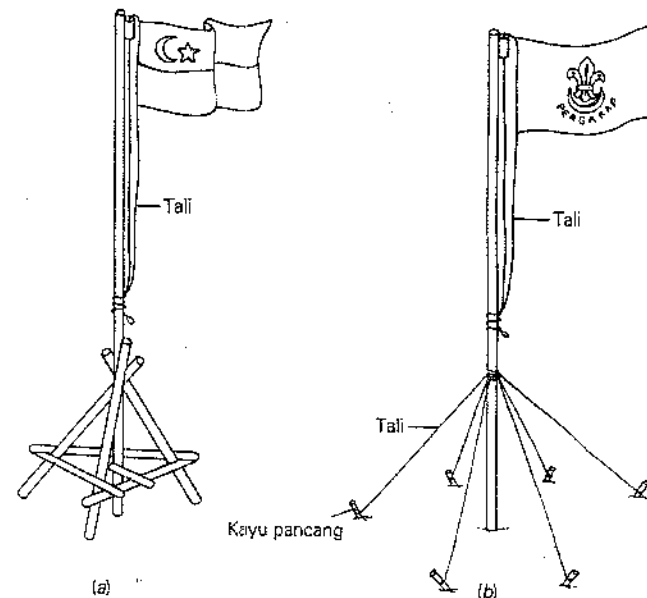
Rajah 9.22

2. Pintu Gerbang (*Gateway*)



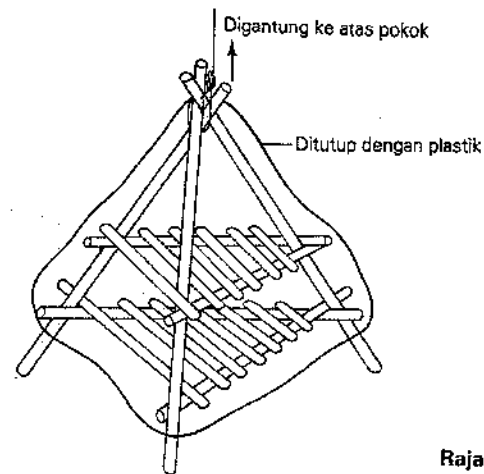
Rajah 9.23

3. Tiang Bendera (*Flag Pole*)



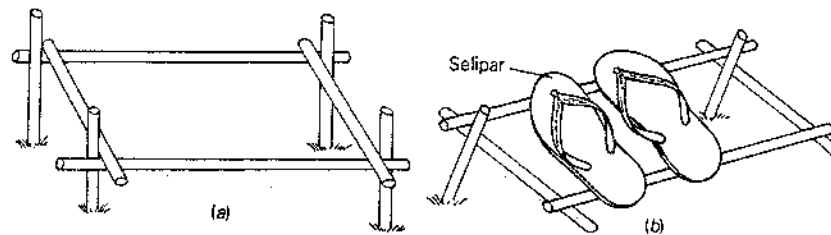
Rajah 9.24

4. Tempat Menyimpan Makanan (*Larder*)



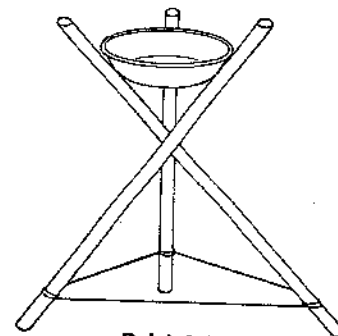
Rajah 9.25

5. Rak Kasut (*Shoes Rack*)



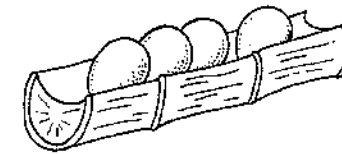
Rajah 9.26

6. Penyokong Besen (*Basin Stand*)



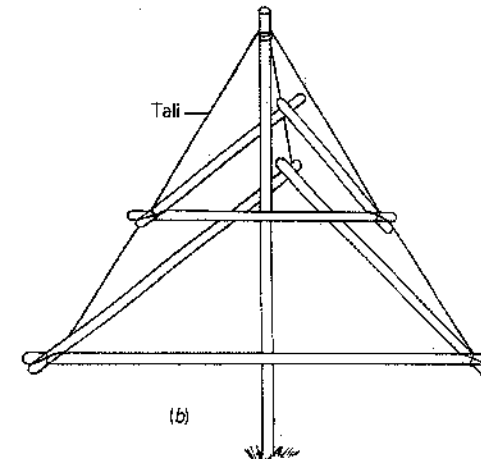
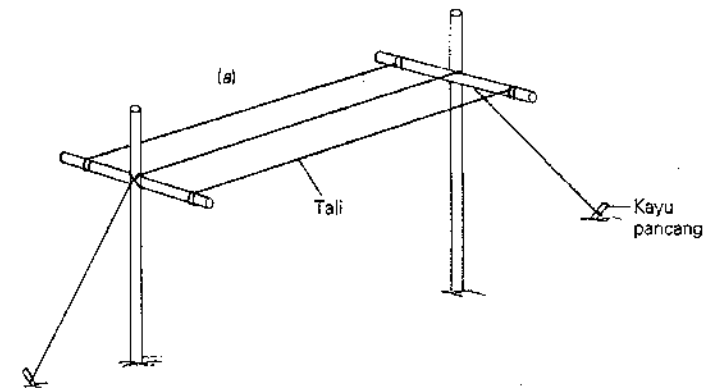
Rajah 9.27

7. Rak Telur (*Eggs Rack*)



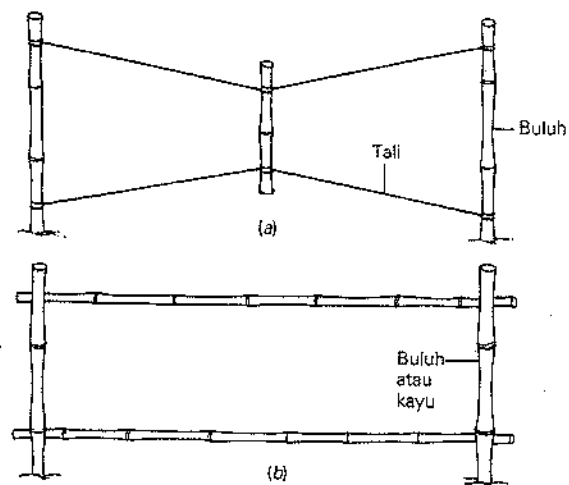
Rajah 9.28

8. Tempat Menggantung Pakaian (*Cloth Hanger*)



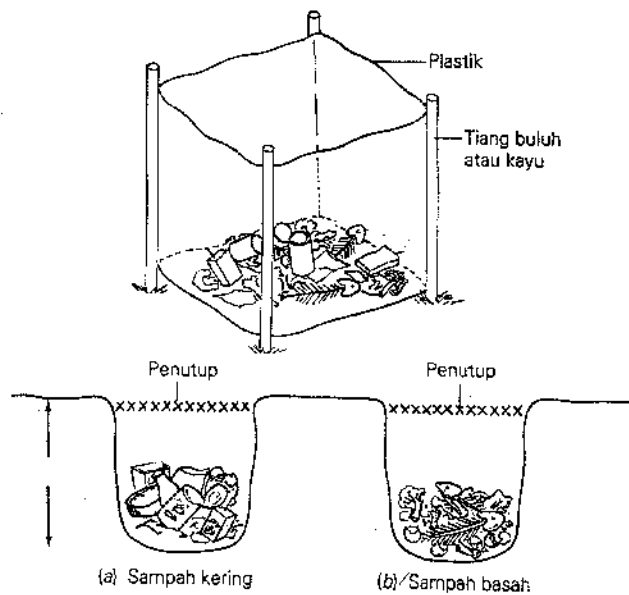
Rajah 9.29

9. Kawasan, Pagar (Compound)



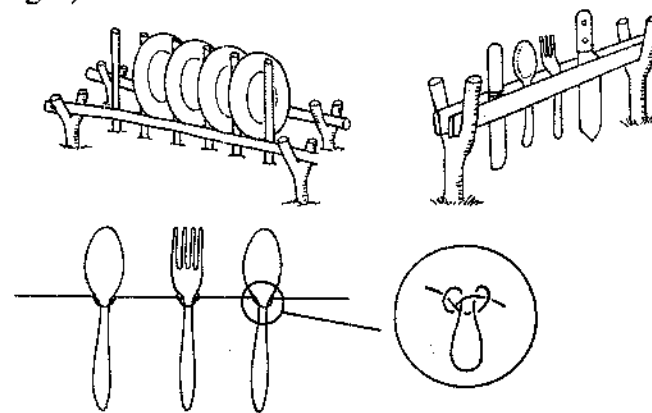
Rajah 9.30

10. Tong Sampah (Dry Pit and Wet Pit)



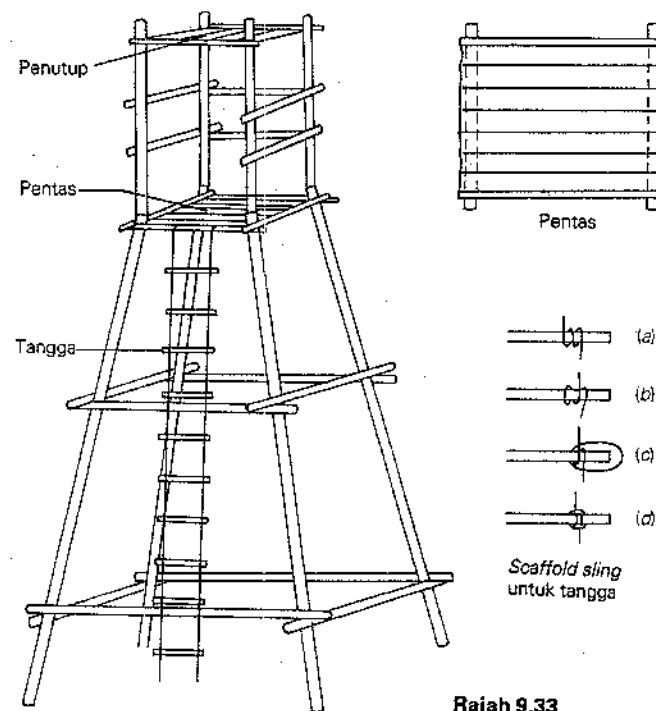
Rajah 9.31

11. Penggantungan Sudu dan Garpu (Spoon and Fork Hanger)

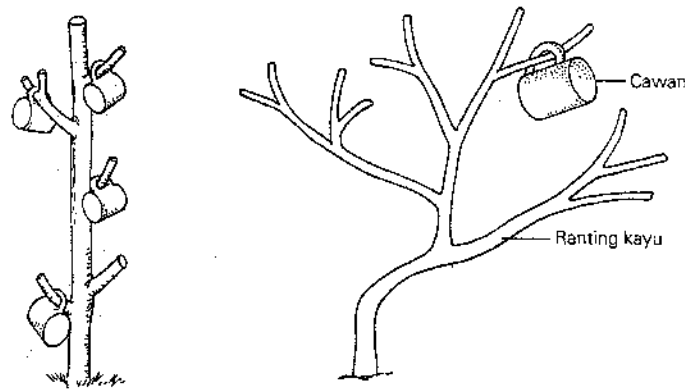


Rajah 9.32

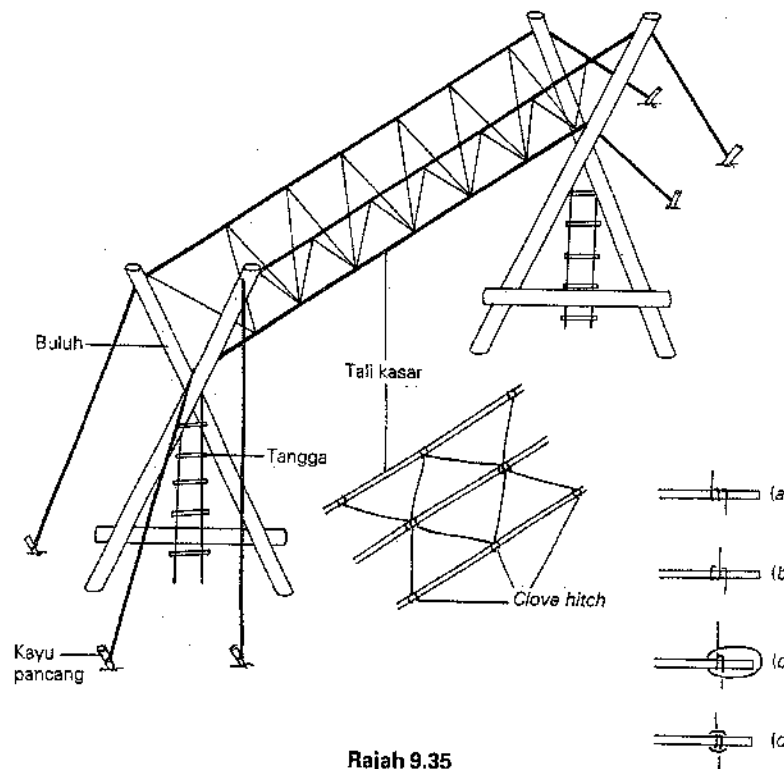
12. Menara (Tower)



Rajah 9.33

13. Penyangkut Cawan (*Mug Holder*)

Rajah 9.34

14. Jambatan Monyet (*Monkey Bridge*)

Rajah 9.35

KAJIAN SATU PERKARA BERIKUT

Burung, Binatang Dan Pokok Tempatan

Pengakap dikehendaki membuat kajian mengenai burung-burung tempatan, binatang-binatang tempatan dan pokok-pokok tempatan. Segala yang dikaji dan diperhatikan hendaklah dibuat catatan dalam Buku Log. Rajah dan lukisan rupa bentuknya juga diperlukan.

1. Memerhati dan mengetahui enam jenis burung tempatan.

(a) Habitatnya	(e) Musuhnya
(b) Rupanya	(f) Bulu
(c) Telurnya	(g) Paruh
(d) Makanannya	
2. Memerhati dan mengetahui enam jenis binatang tempatan.

(a) Jenis-jenis binatang	(e) Musuhnya
(b) Habitatnya	(f) Anak kandungannya
(c) Rupanya	(g) Tempat tinggalnya
(d) Makanannya	
3. Memerhati dan mengetahui enam jenis pokok tempatan.

(a) Jenis-jenis pokok
(b) Tempat tumbuhnya
(c) Habitatnya
(d) Gunanya
(e) Rupa daun, masa berdaun dan ketika luruh

Lawatan Bangunan Penting Kawasan

Gereja St. Peter

Unsur orang-orang Portugis yang masih boleh kelihatan di Melaka pada hari ini yang telah dituruni oleh nenek moyang mereka dan juga pendatang dan penakluk Portugis ialah bangunan Gereja St. Peter yang terletak di Jalan Bendahara. Ia sekarang dinamakan Gereja Perutusan Orang-orang Portugis (Church of the Portuguese Mission) yang di bawah kuasa kehakiman paderi-paderi di Macau. Gereja ini telah didirikan pada tahun 1710, dan di bahagian hadapannya adalah suatu campuran khas seni Timuran dan Occidental (Barat). Di da-

lam gereja itu terdapat sebuah patung Nabi Isa juga terdapat banyak kepingan kaca hiasan dan batu-batu nisan lama.

Gereja St. Paul's

Ia adalah salah satu peninggalan orang-orang Portugis yang masih berdiri tegak di atas Bukit Keresidenan; seluruh bandar Melaka dan kawasan sekelilingnya boleh kelihatan dari atas bukit itu. Ia mula-mula dibina sebagai gereja pada tahun 1512 dan dipersembahkan kepada Our Lady of Grace. Kemudian ia digunakan oleh St. Francis Xavier semasa lawatannya ke Melaka dan beliau telah dikebumikan di sana buat sementara sebelum dihantar ke Goa untuk dikebumikan. Gereja ini telah diberi berbagai-bagai nama dan akhirnya dinamakan Gereja St. Paul's hingga hari ini, semasa Melaka jatuh ke tangan orang Belanda. Ia digunakan oleh mereka sehingga tahun 1753 dan apabila mereka berpindah ke sebuah gereja yang baru, Gereja St. Paul's telah dijadikan tanah perkuburan untuk orang-orang terkemuka Belanda.

BERKHEMAH LAPAN MALAM

Contoh bentuk ujian berkhemah lapan malam

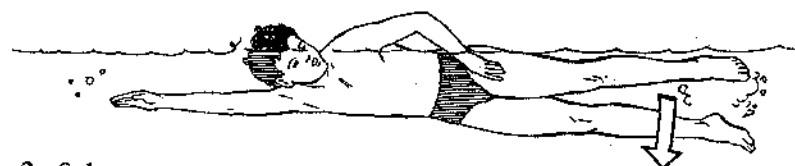
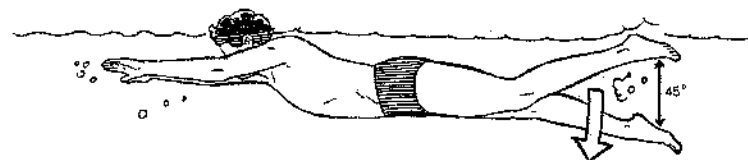
		<i>Hari</i>	<i>Malam</i>
1. Perkhemahan	:		
Tempat	:		
Tarikh	:	3	2
2. Perkhemahan	:		
Tempat	:		
Tarikh	:	4	3
3. Perkhemahan	:		
Tempat	:		
Tarikh	:	4	3
Jumlah	:	11	8
Tandatangan	:		
Nama Penguji	:		
Pangkat/Jawatan:	:		
Tarikh	:		

BERENANG 30 METER

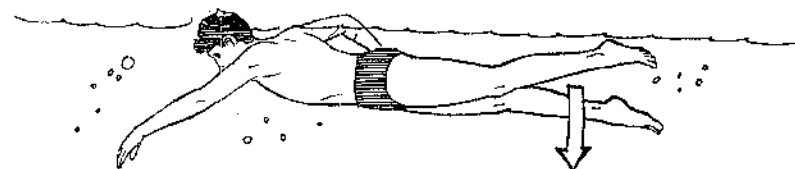
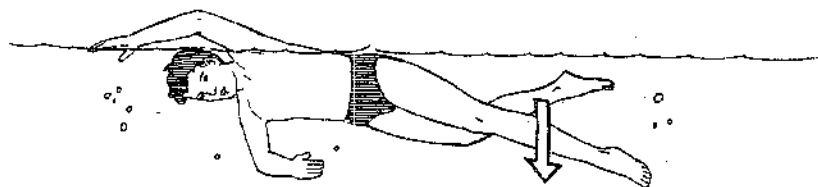
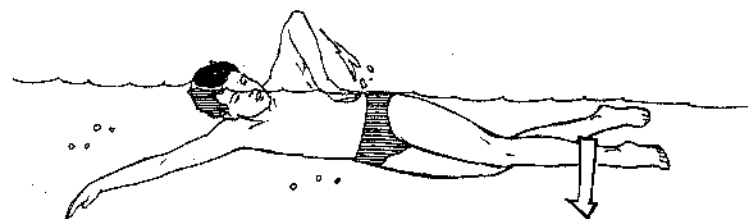
Pengakap dikehendaki belajar berenang, khususnya untuk 30 meter. Berikut adalah beberapa cara untuk berenang.

Berenang dengan menyelinap ke hadapan sejauh 30 meter.
(*front crawl*)

1. Mula-mula berenang dengan dua tangan secara lurus.



2. Selepas itu, baru gerakkan tangan dan kaki.



Rajah 9.36 Cara berenang

LANGKAH-LANGKAH KESELAMATAN KERJA LUAR

Berkhemah

1. Mendapatkan surat kebenaran daripada tuan tanah atau kem warden secara bertulis.
2. Mendapatkan surat kebenaran daripada ibu bapa/penjaga sekurang-kurangnya seminggu sebelum bertolak.
3. Memaklumkan pemimpin kumpulan berkenaan tarikh, tempat, bilangan ahli. (Peringkat patrol.)
4. Memastikan terdapat sekurang-kurangnya seorang pemimpin turut serta dalam perkhemahan patrol.
5. Memaklumkan kepada Pesuruhjaya Daerah mengenai perkhemahan tersebut dengan menyatakan tarikh, tempat, bilangan ahli perkhemahan bersama pemimpin sekali. (Peringkat kumpulan.)
6. Tinjauan awal pemimpin bagi memastikan keselamatan tapak perkhemahan adalah mustahak (bukit curam, binatang buas, jenayah dan lain-lain). Ia mestilah bersih dan jauh daripada bahaya. Jika perlu beritahu pihak polis yang berdekatan mengenai perkhemahan itu.
7. Memastikan terdapat sumber air yang bersih (air paip atau perigi) dan kemudahan-kemudahan lain.
8. Mengadakan satu unit pasukan pertolongan cemas dengan kelengkapannya untuk bertanggungjawab atas sebarang kecederaan kecil.
9. Memastikan segala alatan seperti pisau, parang, kapak dan lain-lain tersimpan dengan baik dan selamat.
10. Sepanjang perkhemahan, seorang pemimpin dimestikan bertugas di pusat untuk menguruskan patrol bertugas harian. Ia juga menjadi penasihat kepada keseluruhan patrol.
11. Semua ahli perkhemahan hendaklah mengikut dan mematuhi peraturan-peraturan perkhemahan.

Kesihatan

1. Sentiasa jaga kebersihan diri, dan kebersihan makanan.
2. Mesti minum air yang sudah dimasak dan jangan minum minuman keras.

3. Jangan menghisap rokok, candu atau dadah.
4. Jagalah kebersihan sekeliling rumah, sekolah dan kawasan perkhemahan.

AKTIVITI AIR

1. Mesti mendapat kebenaran daripada ibu bapa dan pemimpin pengakap semasa menjalankan aktiviti air seperti berperahu, berkayak dan berenang.
2. Jangan berenang di sungai, laut atau di kolam persendirian.
3. Pastikan mereka yang boleh berenang sahaja menjalankan aktiviti air.
4. Mesti memakai 'baju keselamatan' semasa berperahu atau berkayak.
5. Jangan berdiri atau berteduh di bawah pokok semasa hujan lebat.

Elektrik

1. Jangan menyentuh dawai elektrik.
2. Jangan menyentuh suis atau memegang sebarang alat elektrik apabila tangan basah, kerana air adalah pengalir elektrik yang baik.
3. Jangan cuba membaiki sebarang kerosakan elektrik sendiri.
4. Jangan gantikan fuis dengan dawai biasa.
5. Dawai-dawai yang telah haus mesti ditukar.
6. Selalu memakai kasut getah semasa menggosok baju.
7. Apabila seseorang terkena renjatan elektrik, jangan cuba menyentuhnya, sebaliknya tolak dia dari suis dengan kayu atau getah, dan padamkan suis utama. Jika dia tersesak nafas, berikan pemulihan nafas dan cepat membawanya ke hospital yang berdekatan.

Mengembara/Jalan Raya

1. Mendapatkan surat kebenaran daripada ibu bapa/penjaga sekurang-kurangnya seminggu sebelum bertolak.
2. Mesti memakai pakaian seragam pengakap yang lengkap.

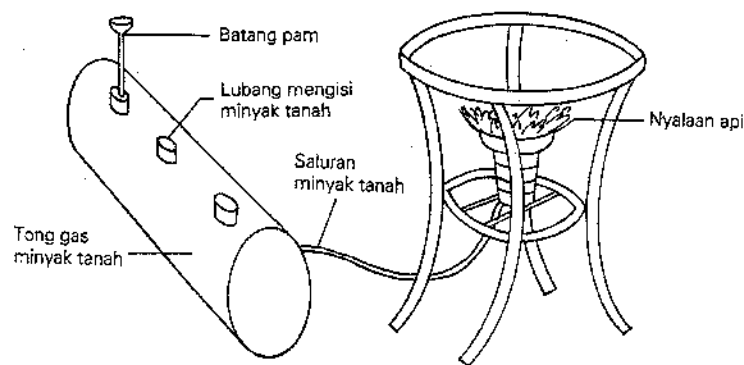
3. Mesti mengetahui undang-undang lalulintas jalan raya dan mematuhi.
4. Semasa melintasi jalan raya, pastikan kanan dan kiri tidak ada kereta dan kenderaan yang menghalang pemandangan kita, barulah melintas.
5. Semasa berjalan, mesti berjalan di sebelah kanan jalan raya.
6. Jangan melintas di simpang yang tajam dan merbahaya.
7. Berhati-hati semasa melintasi jalan raya. Jika tidak sihat, jangan melintas jalan raya dan cuba dapatkan bantuan orang.
8. Jangan bermain di jalan raya, perhatikan setiap langkah anda.
9. Gunakan jejantas semasa melintasi jalan raya, jika ada.
10. Jangan memanggil kawan semasa mereka sedang melintas.
11. Jika berbasikal waktu malam tanpa lampu lebih baik memakai baju putih.
12. Setelah tamat mengembara, mesti lapor kepada pemimpin pengakap secepat mungkin.

MELAKUKAN DUA PERKARA

Dapur Minyak Tanah

Cara Menggunakan Dapur Minyak Tanah

Mula-mula letakkan minyak tanah ke dalam tong gas, apabila selesai gunakan batang pam dan pam selama dua minit. Sele-



Rajah 9.37

pas itu gunakan mancis dan hidupkan api. Apabila api berwarna biru, kita boleh mulakan memasak kerana nyala api warna biru tidak menghitamkan periuk.

Memasak Untuk Dua Orang

Contoh ujian memasak untuk dua orang

Tarikh	:	
Tempat	:	
Masa	:	
Rakan	:	
Masakan	:	1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.

Tandatangan Penguji	:	
Nama Penguji	:	
Pangkat/Jawatan	:	
Tarikh	:	

Contoh arahan

1. Memasak dan menghidangkan dengan sempurna untuk dua orang tetamu masakan seperti di bawah:
 - (a) Nasi putih
 - (b) Sejenis masakan daripada sayur
 - (c) Goreng ikan
 - (d) Sup sayur
 - (e) Manisan
 - (f) Kopi atau teh
2. Senaraikan daftar makanan, ramuan dan harga makanan.
3. Catatkan cara-cara memasak.

10 Pengembaraan

JENIS KOMPAS DAN MEMBACA BEARING

KEDUDUKAN sesuatu poin dengan poin lain boleh ditentukan dengan menggunakan arah atau bearing. Arah adalah satu cara yang subjektif, oleh itu ia tidak tepat. Bearing adalah tepat kerana ia didapati dengan menggunakan protractor.

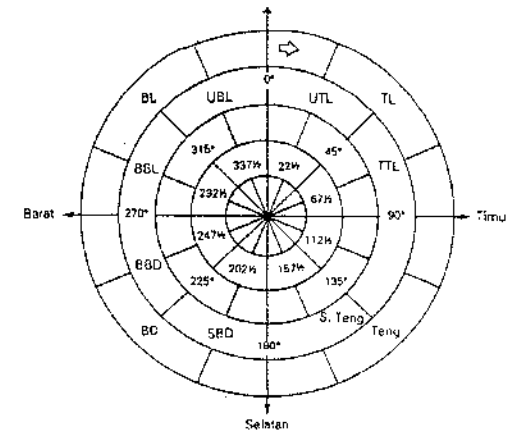
Arah

Arah menunjukkan kedudukan satu-satu poin dari poin lain dengan menggunakan nama mata angin. Rajah 10.1 menunjukkan semua arah mata angin. Yang utama ialah utara, timur, selatan dan barat. Kuadran antara utara dan selatan dibahagi setengah pada 45° dan dinamakan timur laut, seterusnya, tenggara di antara selatan dan timur, barat daya antara selatan dan barat dan barat laut antara utara dan barat. Tiap-tiap bahagian 45° ini dibahagikan setengah pada sudut $22\frac{1}{2}^\circ$ dan nama-nama khusus diberi kepada arah ini.

Cara bagaimana arah sesuatu poin didapati ialah poin itu disambung kepada pusat arah mata angin. Demikian nama arah poin itu ialah nama mata angin yang paling rapat dengan garisan yang dilukis. Contohnya, arah A pada Rajah 10.1 arah mata angin ialah timur laut dan B ialah selatan barat daya.

Sebelum menggunakan kompas pastikan perkara berikut:

1. Tidak ada besi atau bahan logam yang berdekatan.
2. Kedudukan kompas mesti rata.
3. Jarum kompas mesti dalam keadaan tenang.

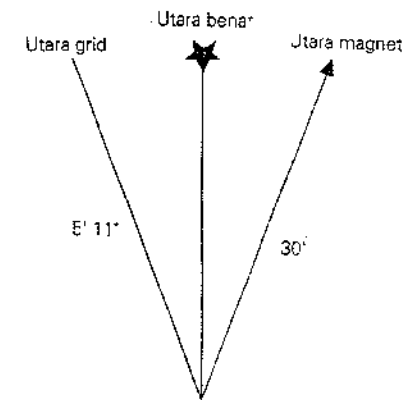


- Mata angin utama : utara, timur, selatan, barat.
 $\frac{1}{2}$ utama : timur laut, tenggara, barat daya, barat laut.
 $\frac{1}{4}$ utama : utara timur laut, timur timur laut, timur tenggara, selatan tenggara, selatan barat daya, barat barat daya, barat barat laut, utara barat laut.

Rajah 10.1 Arah mata angin

Jenis-jenis Utara

1. Utara benar adalah utara bumi (kutub utara). Utara magnet adalah arah utara yang ditunjukkan oleh jarum magnet sesuatu kompas. Utara grid ditunjukkan oleh garisan-garisan grid utara selatan di atas peta topo.



Rajah 10.2 Tiga jenis utara

2. Ketiga-tiga utara ini tidak pernah sama dan selisihnya dikenali sebagai sudut selisih magnet dan grid. Sudut-sudut ini mengahala sama ada ke timur atau ke barat dari utara benar. Apabila menukarkan utara hala ke timur, selisihnya dicampurkan. Apabila menukarkan hala ke barat pula, selisihnya ditolakkan.

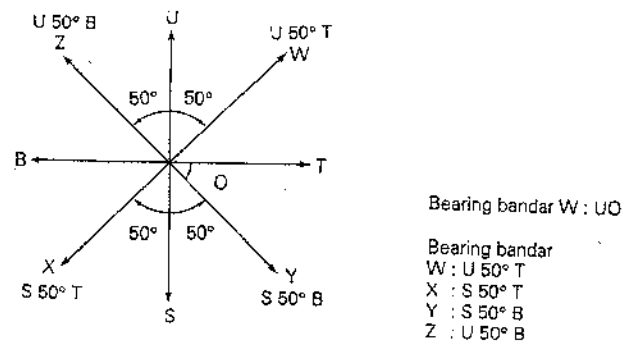
Bearing

Bearing ialah cara untuk menentukan kedudukan sesuatu poin dari poin lain dengan sebutan sudut atau darjah. Ini ialah cara yang tepat kerana darjah disukat dengan protractor. Terdapat dua cara memberi bearing, iaitu bearing kompas dan bearing sudut.

Bearing Kompas

Bearing kompas juga dinamakan *bearing quadrantal* dan ia jarang digunakan untuk ukuran arah dalam peta topo. Dalam cara ini, semua arah diukur dari utara ke timur dan barat, dan dari selatan ke timur dan barat. Maka semua arah adalah sama ada $U \dots^\circ T$, $U \dots^\circ B$, $S \dots^\circ T$ atau $S \dots^\circ B$.

Merujuk kepada Rajah 10.3, arah bandar W diukur dari utara mengikut arah jam sehingga garisan WO dan sudutnya ialah $U 50^\circ T$. Bandar Y diukur dari selatan bertentangan dengan arah jam sehingga garisan YO dan ia merupakan $S 50^\circ T$. Bearing bandar X diukur dari selatan mengikut arah jam

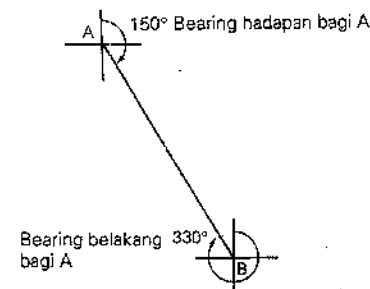


Rajah 10.3 Bearing kompas

sehingga garisan XO dan ia merupakan $S 50^\circ B$. Bearing bandar Z diukur dari utara bersetentangan dengan arah jam sehingga garisan ZO dan sudutnya ialah $U 50^\circ B$.

Bearing Sudut

Bearing ini dikenali juga sebagai bearing bulatan penuh yang ditunjukkan sebagai sebahagian daripada bulatan penuh 360° . Bearing dibaca dari poin utara mengikut arah jam. Protractor boleh digunakan untuk membaca bearing pada peta topo. Sebagai panduan untuk bacaan, garis tegak (timuran) digunakan. Bacaan yang diperolehi dengan cara ini dinamakan bearing grid. Contoh bearing sudut: Bearing A ke B ialah 150° manakala, bearing A dari B ialah 330° .

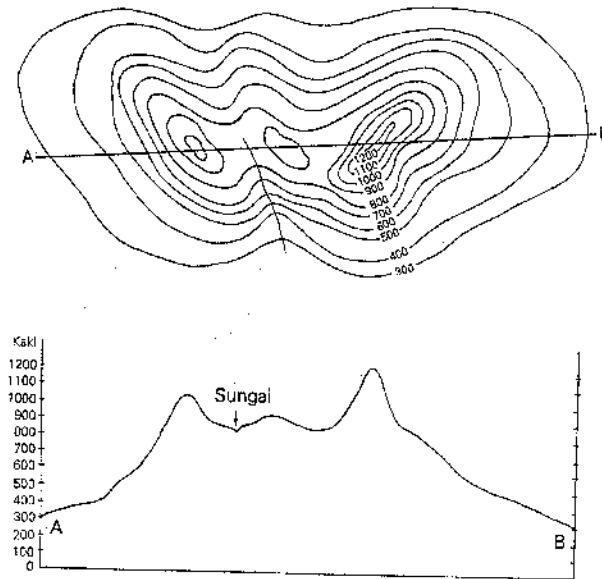


Rajah 10.4 Bearing sudut

SISTEM KONTUR, RUJUKAN GRID, SKALA DAN KUNCI PETA

Sistem Kontur

1. Garisan yang dilukis pada peta yang menghubungkan tempat-tempat yang mempunyai paras tinggi yang sama dari aras laut dinamakan kontur.
2. Kontur ditandakan pada selang tinggi 50 kaki pada kebanyakan peta yang mempunyai skala 1 inci bagi 1 batu. Jika unit metrik digunakan, selang tinggi kontur biasanya 20 meter. Nilai selang tinggi kontur boleh berbeza dan bergantung kepada skala peta atau kadangkala rupa bumi.



Rajah 10.5 Sistem kontur

Nombor Rujukan Grid

Huraian

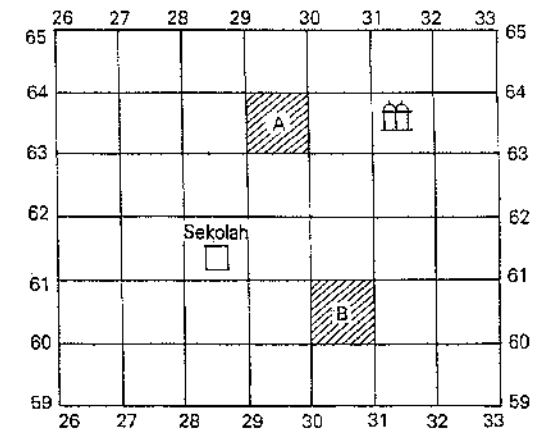
1. Untuk menunjukkan kedudukan tempat atau benda-benda di atas peta topo dengan mudah, garisan-garisan grid dilukis secara mendatar (Timuran) dan menegak (Utaraan) melintangi peta.
2. Garisan Timuran dinomborkan dari barat ke timur dan garisan Utaraan pula dinomborkan dari selatan ke utara.
3. Di dalam peta topo Malaysia dan Singapura 1 inci bagi 1 batu, tiap-tiap satu garisan adalah 0.58 inci jaraknya, atau 1,000 ela di atas tanah. Tiap-tiap garisan yang kesepuluh (10,000 ela) dicetak dengan garisan hitam yang lebih kasar.

Jenis Panduan

1. Panduan Empat Angka. Panduan ini digunakan untuk merujuk kepada seluruh persegi grid, umpamanya pada

Rajah 10.6. Panduan grid A ialah 2963 dan B ialah 3060. Rujukan sebenarnya dilakukan ke penjuru barat daya tiap-tiap satu persegi.

2. Panduan Enam Angka. Panduan ini digunakan untuk menunjukkan kedudukan yang lebih tepat dan untuk merujuk kepada ciri yang lebih kecil. Satu angka ketiga ditambahkan kepada Timuran dan Utaraan melalui pembahagian kecil yang dibayangkan seolah-olah tiap-tiap persegi dibahagi kepada persepuluh. Misalnya, pada Rajah 10.6 kedudukan masjid ialah 313636 dan sekolah ialah 284613.



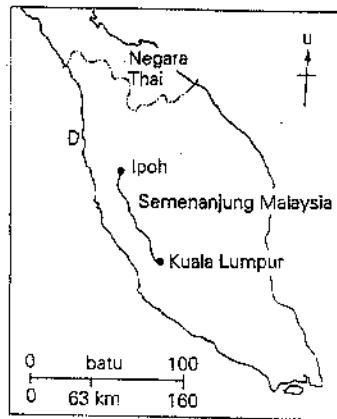
Rajah 10.6 Panduan grid

Skala/Skil

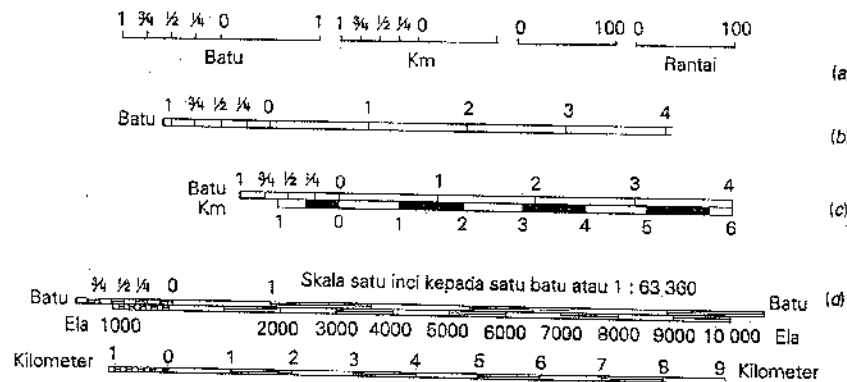
Skala ialah satu nisbah yang membandingkan jarak antara dua poin di atas peta dengan jarak sebenar di atas tanah. Nisbah ini menunjukkan satu inci atau satu sentimeter di atas peta adalah sama dengan beberapa batu atau kilometer di atas tanah. Maka dengan penggunaan skala ini, kita dapat mengukur jarak antara mana-mana poin di atas tanah hanya dengan pengukuran di atas peta.

Rajah 10.7 menunjukkan kawasan Semenanjung Malaysia. Kita tahu jarak jalan raya antara Ipoh dengan Kuala Lumpur hampir 130 batu dan dalam peta jarak ini ialah hampir 1.3 inci.

Ini menunjukkan bahawa skala peta ini ialah 1.3 inci: 130 batu atau 1 inci: 100 batu. Kalau diukur dalam sentimeter, ia menjadi 3.3 cm : 208 km ataupun 1 cm : 63 km.



Rajah 10.7 Peta dan skalanya



Rajah 10.8

Skala digambarkan dengan tiga cara, iaitu skala perkataan, skala linear dan pecahan pengimbang.

Skala Perkataan

Ini merupakan suatu sebutan di mana nisbah disebut dengan perkataan. Misalnya, 1 inci bagi 1 batu; 1 cm bagi 1 km. Sebe-

narnya skala ini merupakan ringkasan daripada seluruh pernyataan 'satu inci mewakili satu batu' dan '1 cm mewakili 1 km'. Kita juga boleh menggunakan perkataan '1 inci merupakan 1 batu' tetapi bukan '1 inci ialah 1 batu' kerana ia merupakan satu nisbah.

Skala Linear

Skala Linear ialah sejenis skala yang menunjukkan satu garisan dalam ukuran inci atau sentimeter dan perbandingan jarak di atas tanah ditunjukkan pada garisan itu. Mana-mana jarak di atas tanah boleh diketahui dengan merujuk kepada garisan itu.

Jenis-jenis skala linear

1. Skala linear pendek digunakan dalam peta seperti dalam buku teks dan atlas. Rajah 10.8 menunjukkan contoh ini. Skala linear pendek ini boleh diberi dalam batu, kilometer atau kaki seperti pada Rajah 10.8(a) atau juga berganda dengan kedua-dua unit batu dan kilometer.
2. Skala linear panjang tunggal (Rajah 10.8(b)) boleh ditunjuk sebagai satu garisan atau dipenuhi (dilorek) tiap-tiap inci/sentimeter berselang-seli. Kegunaannya terhad kerana ia hanya menunjukkan satu jenis unit sahaja.
3. Skala linear panjang berganda (Rajah 10.8 (c)) ialah jenis skala yang menunjukkan dua unit ukuran, biasanya batu di atas dan kilometer di bawah. Ini sangat berguna untuk menukarkan jarak peta dari satu unit ke unit lain. Semua skala linear dilorek berselang-seli mengikut unit ukuran. Dalam skala linear yang dikenali sebagai skala linear berjangka terbuka, garisan skala dibahagikan kepada dua bahagian. Bahagian daripada angka kosong ke kanan dinamakan peringkat pertama dan daripada kosong ke kiri dinamakan peringkat kedua. Peringkat kedua ini mempunyai pecahan-pecahan untuk mewakili pembahagian skala yang lebih kecil seperti $\frac{3}{4}$, $\frac{1}{2}$ dan $\frac{1}{4}$ unit itu. Rajah 10.8 (d) menunjukkan skala linear yang didapati pada semua peta topo Malaysia dan Singapura.

MENGEMBARA 8 KM—JALAN KAKI/ 10 KM—BASIKAL

Pengembaraan dalam pengakap hanya akan membawa manfaat sekiranya rancangan dibuat untuk menentukan aktiviti sepanjang pengembaraan tersebut. Persediaan sebelum pengembaraan termasuklah:

1. Membincangkan arahan perjalanan anda.
2. Menyediakan kompas dan *haversack*.
3. Menyediakan makanan, kotak pertolongan cemas, khemah dan alat perkhemahan.
4. Membincangkan dengan pemimpin apakah yang akan dilakukan dalam pengembaraan.
5. Menyediakan sebuah log pengembaraan yang kemaskini.

Log Pengembaraan

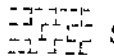
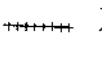
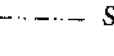
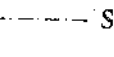
Segala butir berikut mestilah dimasukkan ke dalam laporan seperti berikut:

1. Laporan pengembaraan

Tajuk	:	Pengembaraan 8 km
Nama Peserta	:	
Penguji	:	
Tarikh	:	
Masa Bermula	:	Berakhir Jam
Bertolak Dari	:	
Berakhir Di	:	
Rakan	:	
Keadaan Cuaca	:	

2. Laporan B. Menyediakan sebuah log yang kemaskini dengan menunjukkan peta secara kasar pengembaraan 8 km. Biasanya satu muka surat untuk satu kilometer pengembaraan. Di sini pengakap dikehendaki melukis jalan yang dilalui, arah kompas, nama tempat serta pandangan di sekeliling seperti rumah, kedai, bukit, sekolah, jenis tanaman, rumah beribadat dan lain-lain.

Contoh petunjuk yang sesuai bagi pengembaraan adalah seperti berikut:

- | | |
|--|--|
| 1.  Rumah | 17.  Jambatan |
| 2.  Kedai | 18.  Jalan yang dilalui |
| 3.  Gereja | 19.  Bukit |
| 4.  Masjid | 20.  Tanah perkuburan Islam |
| 5.  Tokong Cina | 21.  Tanah perkuburan Cina |
| 6.  Tokong Hindu | 22.  Padang/Stadium |
| 7.  Sekolah | 23.  Lalang/Samun |
| 8.  Klinik/rumah sakit | 24.  Kelapa sawit |
| 9.  B. P. Balai polis | 25.  Getah |
| 10.  Kilang | 26.  Kelapa |
| 11.  Pondok telefon | 27.  Nanas |
| 12.  Stesen minyak | 28.  Sawah padi |
| 13.  Berkhemah satu malam | 29.  Kawasan perlombongan |
| 14.  Jalan raya | 30.  Sempadan negeri |
| 15.  Jalan kereta api | 31.  Sempadan daerah |
| 16.  Sungai | 32.  Sempadan mukim |

3. Laporan C. Laporan perjalanan dari awal hingga akhir. Biasanya catatan dibuat oleh pengakap dari satu kilometer ke satu kilometer seterusnya sehingga tamat pengembaraan.

Laporan mengembara 8 km/10 km		No. peta:
Masa	Laporan-laporan Khas	Jarak (km)

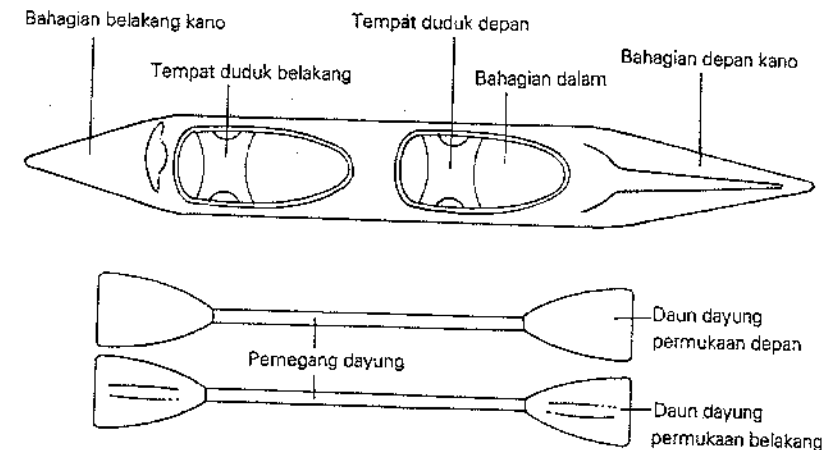
4. Laporan D. Tugas-tugas yang ditentukan oleh penguji seperti berikut:
- Mendapatkan tandatangan semua pegawai yang menjaga balai polis dan nombor telefonnya sekali dalam perjalanan itu. Catatkan masa-masa ketibaan di tempat-tempat yang berkenaan.
 - Tuliskan nama semua bandar/pekan/pekan kecil atau kampung yang dilalui dalam perjalanan.
 - Lukiskan beberapa tanda bumi yang berlainan dalam rupa bentuk dan berasal dari tempat-tempat yang berasingan, seperti empangan air, kilang, gereja, masjid, tokong dan jenis-jenis pandangan lain yang indah. Dapatkan juga anggaran tinggi sesuatu bangunan yang anda telah pilih itu. Sila tunjuk bagaimana anggaran tinggi itu dibuat.
 - Dapatkan 10-15 daun serta dapat menamakannya.
 - Dapatkan nama-nama penghulu atau penolongnya (sidang) kampung yang anda lalui itu.
5. Selepas pengembaraan anda perlu lakukan perkara berikut:
- Serahkan log pengembaraan kasar anda kepada pemimpin. Semua laporan akan disemak oleh pemimpin.

- Hantarkan Buku Log yang lengkap dan kemaskini dengan keterangan seperti lukisan berwarna, pelan atau dan lain-lain kepada penguji dalam tempoh tujuh hari dari tarikh pengembaraan dimulakan.

Berperahu/Bersampan

Pengakap perlu biasakan diri bersampan dengan kano. Untuk itu anda harus tahu bahagian-bahagian kano, cara mendayung, dan langkah-langkah keselamatan yang perlu.

Penguji :
 Tarikh :
 Tempat :
 Jarak :



Rajah 10.9 Bahagian-bahagian kano

Cara-cara Bersampan

- Bawa sampan ke laut dan pastikan ia sesuai.
- Dayung mesti diletakkan di tepi sampan sebelum menaikinya.
- Naik ke sampan dengan duduk terlebih dahulu, diikuti dengan menaikkan kaki.

4. Mendayung serentak dengan kawan anda pada masa yang sama.
5. Untuk memusing ke kiri, letakkan pendayung di sebelah kiri dalam air dan untuk ke kanan adalah sebaliknya.
6. Berehat apabila tangan letih.

Sampan Terbalik

1. Bertenang dan jangan lepaskan pendayung.
2. Selam ke tempat duduk dan bawa ke dalam ruang sampan itu.
3. Ketuk sampan supaya rakan dapat tahu yang anda selamat dan terbalikkan sampan.
4. Dayung sampan itu perlahan-lahan ke darat.

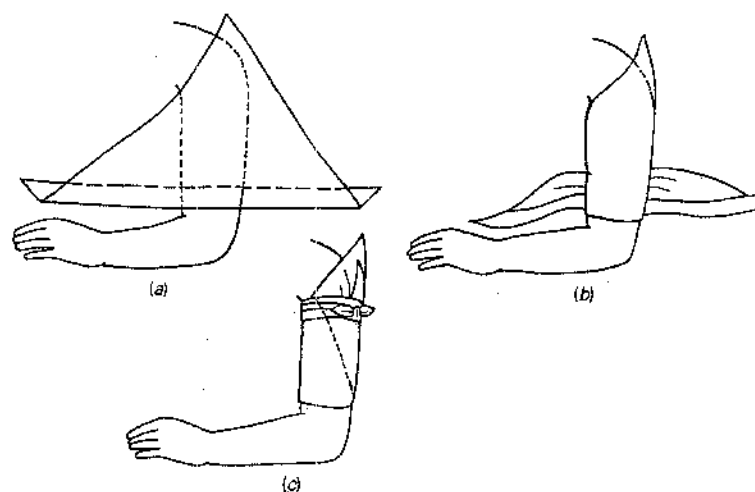
Langkah-langkah Keselamatan

1. Mendapat kebenaran bersampan.
2. Memastikan sampan dalam keadaan sempurna.
3. Memastikan pendayung adalah baik.
4. Memakai 'jaket keselamatan' semasa bersampan.
5. Mengetahui cara-cara yang betul untuk bersampan.

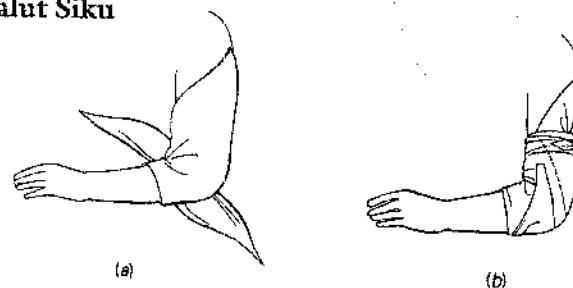
11 Perkhidmatan

BALUTAN ANDUH

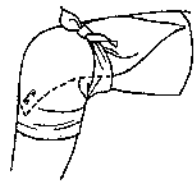
Membalut Bahu



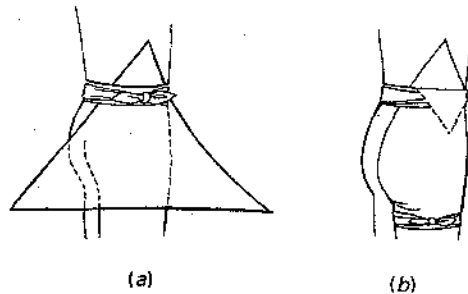
Membalut Siku



Membalut Lutut



Membalut Pinggang



Rajah 11.1 Cara-cara membuat balutan anduh

TINDAKAN KECEMASAN

Cara Memberi Pertolongan Cemas Apabila Keluar Darah Dan Apabila Terkejut

Tindakan keceemasan adalah pertolongan yang diberikan kepada mereka yang tercedera dan sakit sebelum datangnya doktor. Sementara menunggu pertolongan daripada orang yang mahir, pertolongan cemas hendaklah diberikan untuk menyelamatkan nyawa atau menahan kecederaan dan menolong dalam menyembuhkan kesakitan.

Kualiti pada tiap-tiap pemberi pertolongan cemas adalah seperti berikut:

1. Tajam perhatian—nampak segala tanda dan alamat kecederaan.
2. Pantas ikhtiar—menggunakan dengan sebaik-baiknya apa yang ada di sekelilingnya.

3. Tidak kasar—tidak menambahkan kesakitan pada pesakit.
4. Bertimbang rasa—menghiburkan hati pesakit.
5. Sentiasa senyum—muka yang tersenyum memberi keyakinan kepada pesakit.

Tanda-tanda adalah kesan-kesan yang kelihatan pada pesakit, manakala alamat-alamat ialah apa yang boleh dirasakan oleh pesakit dan boleh dicakapkan olehnya.

Badan Berdarah

Terdapat tiga jenis berdarah (*bleeding/haemorrhage*).

1. Dari urat nadi. Darah yang keluar daripada urat nadi, berwarna terang dan keluar dengan memancut-mancut.
2. Dari urat biru. Darah yang keluar daripada urat biru, berwarna merah tua dan keluar dan meleleh perlahan-lahan.
3. Dari saluran halus. Darah yang keluar daripada saluran halus, berwarna merah terang dan keluar dengan meniris.

Cara-cara menahan darah

1. Tekanan tepat (*direct pressure*). Jika tidak ada apa-apa benda dalam luka itu, tekan luka itu dengan jari yang dibalut dengan kain pembalut yang bersih atau dengan lapik kain dan pembalut.
2. Tekanan sipi (*indirect pressure/pressure points*). Jika tidak dapat berbuat seperti (1), tekan jari di atas urat nadi di tempat luka supaya menahan darah mengalir ke luka itu.
3. *Tourniquet*. Ini adalah cara yang paling bahaya jika seseorang itu salah menggunakannya. Jangan biar pencerut itu ketat lebih daripada 15 minit. Hendaklah dilonggarkan dengan berhati-hati.

Keluar Darah Daripada Pipi Dan Lidah

Hendaklah ditekan tempat itu dengan kain bersih ataupun dipegang di antara jari dengan ibu jari.

Berdarah Daripada Lubang Gigi

Letakkan kain lembut yang bersih atau kapas di atas lubang gigi itu dan suruh menggigitnya selama 10-20 minit. Jika darah terus keluar, hantar ke hospital.

Keluar Darah Daripada Pembuluh Varikos (Varicose Veins)

1. Menahan darah keluar secara langsung.
2. Balutkan bahagian yang berdarah dan tinggikan kakinya.
3. Longgarkan mana-mana juga benda yang ketat seperti 'garter' yang mungkin mengganggu peredaran darah.
4. Hantar ke hospital.

*Berdarah Daripada Bahagian**Dalam Badan (Internal Bleeding)*

Berdarah daripada bahagian dalam badan boleh jadi:

1. Boleh kelihatan
Keluar darah dari dalam badan yang boleh kelihatan ialah dalam kejadian seperti berikut:
 - (a) Daripada paru-paru: Batuk darah. Berwarna merah menyala dan berbuih.
 - (b) Daripada perut: Muntah darah. Kadang-kadang rupanya seakan-akan kopi.
 - (c) Dari atas usus: Darahnya bercampur dengan najis dan rupanya kehitam-hitaman.
 - (d) Dari bawah usus: Darahnya dalam najis dan rupanya biasa.
 - (e) Dari buah pinggang: Darahnya masuk ke dalam salur kencing dan air kencing berwarna kelabu.
2. Tersembunyi
Berdarah daripada hati, kura atau limpa, pankreas atau sesuatu organ yang lain di dalam, darahnya tidak kelihatan dari luar badan. Ini sangat merbahaya.
 - (a) Muka pucat.
 - (b) Kulitnya berasa sejuk.
 - (c) Rasa tersangat haus.
 - (d) Gelisah (*restless*).
 - (e) Berkehendakkan udara (*air hunger*).
 - (f) Menguap dan mengeluh (*yawning dan sighing*).
 - (g) Nadi bertambah lemah dan cepat. Boleh jadi tidak dapat dirasa pada pergelangan tangan.
 - (h) Nafasnya deras.
 - (i) Pengsan (*unconscious*).

3. Rawatan

- (a) Baringkan pesakit itu.
- (b) Longgarkan pakaian yang ketat di leher, dada dan pinggang.
- (c) Naikkan semangatnya (*reassure the patient*).
- (d) Awasi daripada terkejut.
- (e) Hantar ke hospital seberapa cepat yang boleh.

Telinga Berdarah

Rawatan

1. Baringkan orang itu dan palingkan kepalanya ke sebelah telinga yang berdarah dan balutkan telinga itu dengan kain yang bersih dan kering.
2. Jika tidak sedarkan diri, letakkan orang itu dengan kedudukan meniarap.
3. Jangan cuba menyumbat telinga.
4. Hantar ke hospital dengan seberapa segera yang boleh.

Hidung Berdarah

Rawatan

1. Dudukkan pesakit di tepi tingkap yang terbuka, biarkan kepalanya tunduk ke hadapan sedikit.
2. Suruh ia cubitkan hidungnya selama lima minit pada tempat pertemuan bahagian keras dan lembut.
3. Buka pakaian yang ketat pada leher dan pinggangnya.
4. Suruh pesakit bernafas menerusi mulutnya, tetapi jangan membenarkannya menghembus hidungnya.
5. Jangan disumbat hidungnya.
6. Jika banyak darah keluar tanpa henti, panggil doktor.

Membuat tuaman sejuk

1. Ambil kain panas, kain putih atau sapu tangan besar.
2. Lipatkan mengikut besar yang dikehendaki.
3. Rendamkan dalam air sejuk dan perah hingga tiada penitik.
4. Jangan ditutup.

Perhatian

Tuaman ini haruslah dikenakan pada bahagian cedera dan diulangkan membasahnya supaya sejuk.

Terkejut

Terkejut (*shock*) disebabkan oleh kecederaan atau terlampau terperanjat.

Tanda dan alamat

1. Orang itu kelihatan seperti hendak rebah dan mukanya pucat.
2. Nafasnya sempit.
3. Denyutan nadinya lemah.
4. Sejuk dan berpeluh di dahi, hidung dan sekeliling mulutnya.

Rawatan

1. Baringkan pesakit dengan kepalanya biar rendah.
2. Tahan darah daripada keluar.
3. Selimutkannya dengan kain bersih atau baju, tetapi jangan sampai ia terlalu kepanasan.
4. Biarkan pesakit dapat udara bersih, tetapi jangan kena angin kering.
5. Longgarkan pakaiannya.
6. Jika pesakit sedar dan haus, berinya minuman air atau teh manis yang panas.

Perhatian

Amatlah baik jika rawatan ini diberikan sebaik sahaja kemalangan berlaku untuk mengelakkan terkejut. Pindahkan pesakit daripada tempat berlaku kemalangan dan duduk atau baringkannya. Jangan bercakap fasal kemalangan itu. Cakap fasal perkara-perkara yang boleh mengalihkan fikiran daripada kemalangan itu.

Risiko Yang Terlibat Apabila Memindahkan Orang Yang Cedera

1. Saluran pernafasan pesakit mesti sentiasa dijaga dengan baik, jangan biarkan ia tersumbat, jika boleh dapatkan udara bersih.
2. Jika pesakit itu mengeluarkan darah yang terlalu banyak, kita mesti menghentikan darahnya secepat mungkin.

3. Jika pesakit patah tulang dan mengeluarkan darah yang terlalu banyak, jika tidak perlu jangan pindahkan pesakit itu.
4. Peralatan pertolongan cemas mesti cukup, jika tidak ini akan mengganggu keseksaan pesakit.
5. Sentiasa memerhatikan denyutan nadi dan pernafasan pesakit dengan membuat rekod demi keselamatan pesakit.
6. Alat-alat pengangkutan seperti usungan mesti diperiksa terlebih dahulu demi keselesaan dan keselamatan pesakit.



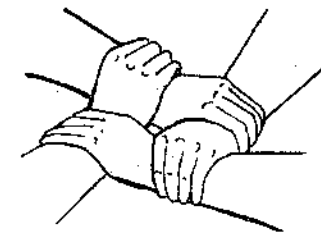
Gaya memapah



Mendukung di belakang



Mendukung di bahu



(Gaya memegang bagi tempat duduk empat belah tangan)



Mengangkat dengan empat tangan

Rajah 11.2 Menolong pesakit menggunakan tangan

Memanggil Polis, Bomba Dan Ambulans

	No. Telefon
Polis	— 999
Bomba	— 999, 994
Ambulans	— 999

Cara Membuat Panggilan

Mula-mula dial 999, tunggu sehingga operator menanya nombor telefon anda. Untuk panggilan kecemasan ini, bayaran tidak dikenakan. Apabila anda mendengar suara operator, sebut 'Polis' atau 'Bomba' atau 'Ambulans' sahaja, dan anda akan diberitahu apa harus dibuat. Apabila memanggil, perlu ingat perkara-perkara berikut:

1. cakap dengan terang;
2. beritahu di mana tempat kejadian/kebakaran/pesakit berada;
3. berapa orang terlibat;
4. terangkan apa telah terjadi/keadaan kecederaan;
5. semasa bercakap, tanyakan apa yang anda harus buat.

TINDAKAN PADA MASA KECEMASAN**Kebakaran****Tindakan**

1. Menjerit dan minta pertolongan orang ramai.
2. Telefon balai bomba dengan segera.
3. Segera balik ke tempat kejadian.
4. Tolong angkatkan barang dan padamkan api.
5. Cuba tenangkan mangsa.
6. Jauhkan orang ramai daripada mendekati tempat kejadian.

Terbakar Dan Melecur

Terbakar disebabkan oleh benda-benda panas yang kering seperti api, arus elektrik atau ubat-ubat yang keras lagi tajam seperti air, api, asid dan alkali. Melecur pula disebabkan oleh benda-benda panas yang berair seperti wap air yang mendidih atau minyak panas.

Kebakaran Yang Melibatkan Lapisan-lapisan Dalam (*Deep Burn*)

Kebakaran ini melibatkan semua lapisan kulit.

1. Kulitnya pudar, berkedut-kedut (*waxy*) ataupun kulit mengarang (*charred*).
2. Berasa sedikit sakit sahaja (oleh kerana urat-urat saraf telah rosak).
3. Pesakit itu memerlukan rawatan di hospital.

Rawatan

1. Letakkan bahagian yang tercedera itu dengan cermat ke dalam air sejuk yang mengalir secara perlahan-lahan atau rendamkan anggota itu ke dalam air sekurang-kurangnya selama sepuluh minit atau hingga hilang kesakitannya.
2. Tanggalkan dengan segera benda-benda yang mencerut seperti cincin, kasut dan gelang sebelum anggota yang terbakar itu menjadi bengkak.
3. Jangan tanggalkan pakaiannya yang melekat pada badan dan jangan pecahkan gelembungnya.
4. Jangan bubuh apa-apa losen (*lotion*) atau minyak.
5. Balutkan bahagian yang luka dengan pembalut yang bersih. Kalau terbakar di bahagian muka, gunakan topeng dengan lubang untuk melihat dan bernafas.
6. Jangan gerakkan anggota yang terbakar parah.
7. Berilah minuman sejuk sedikit berkali-kali kepada si malang yang cedera parah yang tidak pengsan.
8. Jika terbakar kerana asid atau alkali yang pekat, tanggalkan pakaian yang basah dengan segera. Jiraskan banyak air pada bahagian yang terbakar itu. Sekiranya terkena pada mata, suruhlah orang itu mengelip-ngelipkan matanya di dalam air.
9. Berikan rawatan bagi yang terkejut.
10. Jika pernafasan dan denyutan jantung berhenti, pulihkan nafas dan jantungnya.
11. Jika si malang pengsan tetapi boleh bernafas seperti biasa, letakkannya dalam kedudukan meniarap.
12. Naikkan semangat si malang itu.
13. Hantar ke hospital dengan segera.

Terbakar Pakaian (*Clothing on Fire*)*Tindakan*

1. Padamkan api itu dengan air.
2. Jika tidak terdapat air, peganglah sehelai guni atau kain selimut di hadapan diri anda. Kemudian bungkuslah si malang dan baringkan dia telentang dan padamlah api itu.
3. Jika pakaian seseorang terbakar ketika dia scorang diri, dia hendaklah menggulingkan dirinya bagi memadamkan api itu dan memanggil bantuan. Jangan lari.

Lemas (*Drowning*)*Tanda Dan Alamat*

1. Susah bernafas.
2. Nafasnya berbunyi-bunyi.
3. Pernafasan boleh jadi berhenti.
4. Bibir dan kuku jari kebiruan.
5. Orang itu boleh jadi menggelisah.
6. Dia boleh jadi pengsan (*unconscious*).
7. Berbuih di keliling mulut, bibir dan hidung.

Tindakan

1. Jika boleh berenang, terjun ke dalam air dan selamatkan mangsa.
2. Jika mangsa sesak nafas, berikan rawatan pemulihan nafas.
3. Minta pertolongan orang ramai untuk menelefon ambulans.
4. Tanggalkan pakaian yang basah.
5. Selimutkan si malang supaya dia tidak rasa sejuk.
6. Jika sudah sedar, tenangkan hatinya dengan kata-kata yang manis.
7. Jauhkan orang ramai daripada berkumpul di situ. Beri keterangan yang benar apabila pihak berkuasa tiba.

Lemas Oleh Asap (*Suffocation by Smoke*)*Tindakan*

1. Lindungkan diri sendiri dengan mengikat tuala atau kain kasar, lebih baik yang basah, di bahagian mulut dan hidung anda.

2. Rendahkan diri semasa masuk ke dalam bangunan dan bawa keluar si malang itu dengan seberapa segera yang boleh.
3. Tentukan supaya si malang itu dapat banyak udara bersih.
4. Longgarkan pakaian yang ketat di leher, dada dan pinggang.
5. Jika terhenti pernafasan, mulakan pemulihan nafas dengan segera.

Renjatan Elektrik*Tindakan*

1. Pisahkan mangsa daripada menyentuh elektrik dengan bahan penebat seperti kayu, getah, plastik dan lain-lain.
2. Jika dia tersesak nafas, berikan rawatan pemulihan nafas.
3. Jika serius, cepat hantar mangsa ke hospital yang berdekatan.

KHIDMAT SUKARELA

Contoh rekod kerja sukarela

Perkhidmatan	:	
Tarikh	:	
Tempat	:	
Masa	:	
Jumlah Masa	:	3 jam
Tandatangan	:	
Nama Penguji	:	
Pangkat/Jawatan	:	
Tarikh	:	