

Utusan Malaysia
22 June 2023

PEMIKIRAN BAHARU
**Utusan
Malaysia**



DR. HANAFIAH Harunarashid (tengah) ketika merasmikan Kad Laporan Aktiviti Fizikal Kanak-Kanak dan Remaja Malaysia 2022 di Hotel Marriot, Putrajaya, hari ini. Turut kelihatan, Timbalan Ketua Pegawai Eksekutif Sun Life Malaysia, Ho Teck Seng (kanan).
- UTUSAN/FAISOL MUSTAFA

Oleh KAMARIAH KHALIDI 22 Jun 2023, 3:40 pm



PUTRAJAYA: Pencapaian gred aktiviti fizikal bagi golongan kanak-kanak dan remaja di negara ini berada pada tahap sangat rendah iaitu D minus (D-) berdasarkan penemuan dikeluarkan Kad Laporan Aktiviti Fizikal Kanak-Kanak dan Remaja Malaysia 2022.

Pengerusi Active Healthy Kids Malaysia, Prof. Madya Dr. Mohd. Razif Shahril berkata, kebanyakan gred yang terdapat dalam kad laporan 2022 adalah hampir sama dengan gred pada 2016, sekali gus memberi gambaran tiada penambahbaikan pada penunjuk aktiviti fizikal sejak ia dimulakan empat tahun lalu.

Jelasnya, ini merupakan kali kedua Malaysia menyertai 57 negara lain dalam Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA) Global Matrix 4.0 yang melaporkan status terkini mengenai penunjuk aktiviti fizikal dan kesihatan kanak-kanak dan remaja berusia lima hingga 17 tahun.

"Kalau dibandingkan dengan 57 negara, kita berada di tangga 34 iaitu di bawah Singapura, India, Jepun dan beberapa lagi negara Asia yang lain.

"Jadi agak rendah berbanding dengan negara-negara tersebut, justeru kita kena ada tindakan segera dari semua pihak berkepentingan dan bukan hanya (bergantung kepada) KKM (Kementerian Kesihatan) atau universiti sahaja, semua orang termasuk komuniti dan ibu bapa perlu terlibat untuk meningkatkan gred ini," katanya.

Beliau berkata demikian ketika ditemui pemberita selepas Majlis Pelancaran Kad Laporan Aktiviti Fizikal Kanak-Kanak dan Remaja Malaysia 2022 di sini hari ini yang dijalankan hasil kerjasama antara penyedia insurans hayat dan takaful keluarga terkemuka, Sun Life Malaysia dengan AHKGA serta Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM).

Sementara itu, Pro Naib Canselor UKM, Prof Datuk Dr. Hanafiah Harunarashid berkata, hasil kad laporan berkenaan seharusnya membuka mata semua pihak berikutan ia menunjukkan tahap aktiviti fizikal remaja dan kanak-kanak yang sangat rendah di negara ini.

Menurutnya, salah satu punca yang dikenal pasti adalah gaya hidup sihat yang tidak diamalkan sejak peringkat awal dan banyak aktiviti kanak-kanak ketika ini tidak melambangkan apa yang sepatutnya dilakukan oleh mereka.

"Umpamanya mereka berada di rumah dan bermain 'game' sahaja dan tidak melakukan aktiviti sukan. Mungkin juga ada dalam kalangan mereka yang tidak mempunyai kemudahan kerana duduk di kawasan rumah yang tiada tempat riadah yang sesuai.

"Di sekolah ada padang untuk aktiviti sukan tetapi di luar sekolah kita dapati ada sebahagian yang tiada kemudahan selain tidak mendapat galakan di peringkat kekeluargaan apabila ibu bapa tiada masa untuk beriadah bersama anak-anak," ujarinya.

Dalam pada itu, kad laporan berkenaan turut mendedahkan penemuan lain yang menunjukkan Malaysia ketinggalan berbanding negara lain dalam beberapa penunjuk utama antaranya satu per lima remaja di negara ini menggunakan pengangkutan aktif ke sekolah yang menghasilkan skor D-.

Untuk diet, Malaysia turut mendapat skor D- di mana hanya 23.5 peratus remaja berusia 13 hingga 17 tahun mencapai hidangan harian buah-buahan dan sayur-sayuran seperti disarankan.

Manakala skor bagi status berat badan adalah B- walaupun separuh daripada golongan terbabit yang berusia lima hingga 17 tahun mempunyai berat badan normal iaitu 60.2 peratus diikuti berat badan berlebihan (15 peratus) dan obes (14.8 peratus).

Secara positifnya, sekolah di Malaysia menerima gred A- untuk akses tetap kepada kemudahan dan peralatan yang menyokong aktiviti fizikal dan gred tersebut adalah yang tertinggi diterima antara semua penunjuk.

Secara positifnya, sekolah di Malaysia menerima gred A- untuk akses tetap kepada kemudahan dan peralatan yang menyokong aktiviti fizikal dan gred tersebut adalah yang tertinggi diterima antara semua penunjuk.

Bagi tingkah laku sedentari, berlaku sedikit peningkatan dari gred D ke C bagi remaja di negara ini yang bersekolah dari umur 10 hingga 17 tahun yang menonton televisyen, komputer dan bermain permainan video tidak lebih daripada dua jam sehari. – [UTUSAN](#)