

DOKUMEN MANUAL PENGGUNA

SISTEM MAKLUMAT PROMOSI KESIHATAN

KEBANGSAAN (MALAYSIA HEALTH

PROMOTION INFORMATION SYSTEM

(MyHPIS))

MODUL PROGRAM (WELLNESS HUB)

PENYELARAS WELLNESS HUB

NAMA AGENSI	:	BAHAGIAN PENDIDIKAN KESIHATAN
NAMA AGENSI INDUK	:	KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA
TARIKH DOKUMEN	:	30 Julai 2024
VERSI DOKUMEN	:	0.1



Rujukan:
MyHPIS /MANUAL
PENGGUNA

Tajuk:
Modul Program - Wellness Hub

Muka surat:
1

PENYEDIAAN DAN SEMAKAN DOKUMEN

Disediakan Oleh	Tarikh
Bahagian Pendidikan Kesihatan (BPK), Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) & Pocket Data (M) Sdn. Bhd.	31 Disember 2024



Rujukan:
MyHPIS /MANUAL
PENGGUNA

Tajuk:
Modul Program - Wellness Hub

Muka surat:
2

KAWALAN DOKUMEN

No. Versi	Tarikh	Ringkasan Pindaan	Penyediaan
0.1	31 Disember 2024		



ISI KANDUNGAN

PERKARA

MUKA SURAT

PENYEDIAAN DAN SEMAKAN DOKUMEN	1
KAWALAN DOKUMEN	2
ISI KANDUNGAN	3
SENARAI JADUAL	6
1.0 MAKLUMAT DOKUMEN	7
1.1 JADUAL MAKLUMAT PROJEK	7
1.2 PENGENALAN	7
1.3 OBJEKTIF	7
1.4 DOKUMEN RUJUKAN	8
1.5 AKRONIM	9
2.0 KETERANGAN FUNGSI SISTEM	10
2.1 PERANAN PENGGUNA	10
2.2 PERANAN DAN TAHAP CAPAIAN	11
2.3 LOG MASUK	12
3.0 WELLNESS HUB	14
3.1 PROSES MENDAFTAR MAKLUMAT KLIEN	14
3.1.1 PROSES PENDAFTARAN KLIEN WELLNESS HUB	14
3.1.2 PROSES MEMBUAT ANALISA BAGI KLIEN-KLIEN YANG DIDAFTAR	27
3.1.3 PROSES MENENTUKAN PAKEJ BAGI KLIEN YANG BERDAFTAR	40
3.2 PKBM	43



3.2.1	PROSES MENGISI BORANG PRA UJI.....	43
3.2.2	PROSES MENGISI BORANG PKBM (SEKIRANYA PAKEJ YANG DIILIH ADALAH PKBM).....	47
3.2.3	PROSES MENAMBAH MAKLUMAT SESI KEHADIRAN SEKIRANYA KLIEN SETUJU SET QUIT DATE	51
3.2.4	PROSES MENGISI BORANG POST UJI.....	55
3.2.5	PAPARAN SEMULA PAKEJ RUJUKAN (PKBM).....	59
3.3	IFitER.....	62
3.3.1	TETAPAN IFITER	62
3.3.1.1	PROSES MENAMBAH SIRI IFITER	62
3.3.1.1	PROSES MENGEMASKINI SIRI IFITER.....	66
3.3.1.2	PROSES MENGHAPUS SIRI IFITER.....	68
3.3.2	PRA UJI.....	69
3.3.2.1	SARINGAN PRA UJI.....	69
3.3.3	PASCA UJI 1	74
3.3.3.1	SARINGAN PASCA UJI 1	74
3.3.4	PASCA UJI 2	80
3.3.4.1	SARINGAN PASCA UJI 2	80
3.3.5	SESI KEHADIRAN IFITER.....	86
3.3.5.1	PAPAR SENARAI KLIEN.....	86
3.3.5.2	KEHADIRAN KLIEN	90
3.4	UMUM	97
3.4.1	PRA UJI.....	97
3.4.1.1	PROSES MENGISI BORANG PRA UJI.....	97



3.4.2	POST UJI.....	105
3.4.2.1	PROSES MENGGISI BORANG POST UJI.....	105
3.4.3	PAKEJ RUJUKAN.....	113
3.4.3.1	PAPARAN SEMULA PAKEJ RUJUKAN (UMUM).....	113
3.5	PROSES MENAMBAH MAKLUMAT LIBAT URUS RAKAN STRATEGIK DAN NGO.....	120
3.5.1	PROSES PENDAFTARAN RAKAN STRATEGIK DAN NGO.	120
3.5.2	PROSES MENAMBAH MAKLUMAT LIBAT URUS.....	123
3.5.3	PROSES MEMAPAR SEMULA MAKLUMAT LIBAT URUS.....	126



Rujukan:
**MyHPIS /MANUAL
PENGGUNA**

Tajuk:
Modul Program - Wellness Hub

Muka surat:
6

SENARAI JADUAL

PERKARA

MUKA SURAT

Jadual 1: Senarai Peranan dan Tahan Capaian 11



1.0 MAKLUMAT DOKUMEN

1.1 JADUAL MAKLUMAT PROJEK

Nama Projek	Sistem Maklumat Promosi Kesihatan Kebangsaan (Malaysia Health Promotion Information System (MyHPIS))
Pemilik Projek	Bahagian Pendidikan Kesihatan (BPK), Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM)
Pengarah Projek	Encik Zulkifli Bin Jantan
Kontraktor Yang Dilantik	Pocket Data (M) Sdn. Bhd.

1.2 PENGENALAN

Dokumen ini adalah manual pengguna bagi **Modul Wellness Hub** yang merangkumi fungsi-fungsi Daftar Klien, membuat analisa bagi klien yang didaftarkan, menambah maklumat libat urus yang terlibat bersama Wellness Hub, serta merekodkan maklumat Pra Uji, Pasca Uji 1, Pasca Uji 2, PKBM, Post Uji serta kehadiran bagi klien yang berdaftar dibawah Wellness Hub mengikut pakej masing-masing.

1.3 OBJEKTIF

Tujuan dokumen ini adalah untuk memberikan panduan terperinci kepada pihak Bahagian Pendidikan Kesihatan, Kementerian Kesihatan Malaysia bagi pembangunan Sistem Maklumat Promosi Kesihatan Kebangsaan (Malaysia Health Promotion Information System (MyHPIS)) dalam **Modul Wellness Hub** yang merangkumi fungsi-fungsi Daftar Klien, membuat analisa bagi klien yang didaftarkan, memapar semula maklumat klien yang didaftarkan, menambah maklumat libat urus yang terlibat bersama Wellness Hub, serta merekodkan maklumat Pra Uji, Pasca Uji 1, Pasca Uji 2, PKBM, Post Uji serta kehadiran



bagi klien yang berdaftar dibawah Wellness Hub mengikut pakej masing-masing.

1.4 DOKUMEN RUJUKAN

Sumber rujukan untuk penyediaan dokumen manual pengguna bagi **Modul Wellness Hub** ini adalah seperti berikut:

- a. Skrip Ujian Penerimaan Pengguna (UAT).
- b. Skrip Ujian Penerimaan Sementara (PAT).
- c. Skrip Ujian Penerimaan Akhir (FAT).



1.5 AKRONIM

Bil.	Akronim	Deskripsi
1.	API	<i>Application Programming Interface</i>
2.	BPK	Bahagian Pendidikan Kesihatan
3.	KKM	Kementerian Kesihatan Malaysia
4.	FAT	<i>Final Acceptance Test</i> (Ujian Penerimaan Akhir)
5.	PDF	<i>Portable Document Format</i>
6.	UAT	<i>User Acceptance Test</i> (Ujian Penerimaan Pengguna)
7.	URS	<i>User Requirement Specification</i>
8.	PAT	<i>Provisional Acceptance Test</i> (Ujian Penerimaan Sementara)



2.0 KETERANGAN FUNGSI SISTEM

2.1 PERANAN PENGGUNA

Peranan pengguna yang digunakan untuk mengakses Modul Wellness Hub adalah seperti berikut:

- a. Penyelaras Wellness Hub
- b. Penyelaras negeri Wellness Hub
- c. Penyelaras Kebangsaan Wellness Hub (HQ)



2.2 PERANAN DAN TAHAP CAPAIAN

Berikut adalah Peranan dan Tahap Capaian yang terdapat dalam Modul Pengurusan Pengguna:

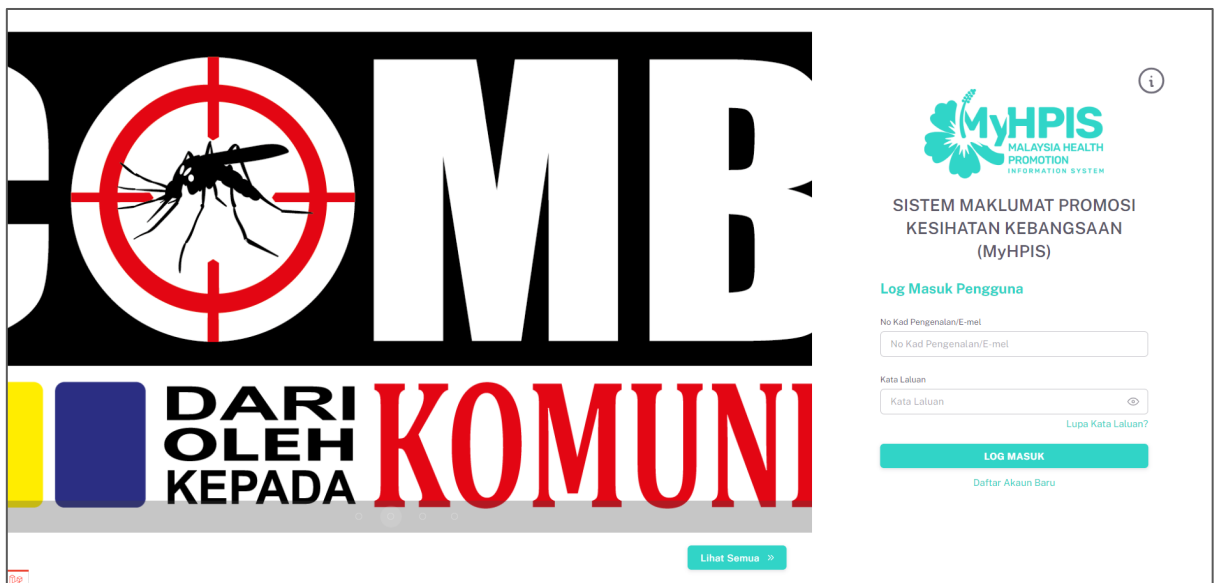
Jadual 1: Senarai Peranan dan Tahap Capaian

Bil.	Peranan	Tahap Capaian
1.	Penyelaras Wellness Hub	Mendaftar klien, membuat analisa bagi klien yang didaftarkan, memapar semula maklumat klien yang didaftarkan, menambah maklumat libat urus yang terlibat bersama Wellness Hub, merekodkan maklumat Pra Uji, Pasca Uji 1, Pasca Uji 2, PKBM, Post Uji serta kehadiran bagi klien yang berdaftar dibawah Wellness Hub mengikut pakej masing-masing.
2.	Penyelaras negeri Wellness Hub	Memapar semula maklumat klien Wellness Hub mengikut negeri.
3.	Penyelaras kebangsaan Wellness Hub	Memapar semula maklumat klien Wellness Hub semua negeri serta menetapkan tetapan yang akan digunakan bagi Wellness Hub.



2.3 LOG MASUK

1. Pilih mana-mana pelayar seperti *Microsoft Edge*, *Chrome* dan *Mozilla Firefox* dengan versi terkini.
3. Masukkan pautan <http://myhpis.moh.gov.my/>.
4. Sistem akan memaparkan skrin Log Masuk Pengguna.



5. Langkah untuk Log Masuk seperti berikut:
 - i. No Kad Pengenalan/E-mel
 - ii. Kata Laluan
6. Klik **LOG MASUK** untuk log masuk dalam sistem.



MyHPIS
MALAYSIA HEALTH
PROMOTION
INFORMATION SYSTEM

SISTEM MAKLUMAT PROMOSI
KESIHATAN KEBANGSAAN
(MyHPIS)

Log Masuk Pengguna

No Kad Pengenalan/E-mel

Kata Laluan
 [Lupa Kata Laluan?](#)

LOG MASUK

[Daftar Akaun Baru](#)

7. Sistem memaparkan skrin **LANDING PAGE**.



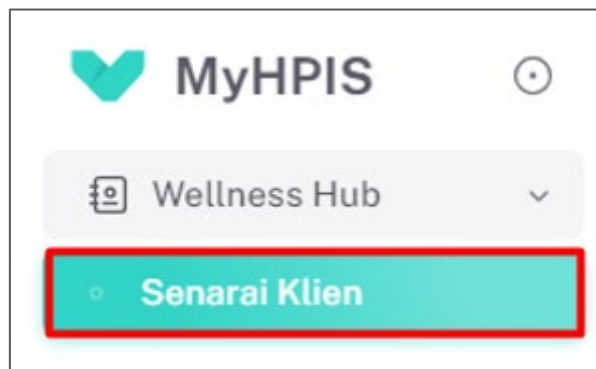
3.0 WELLNESS HUB

3.1 PROSES MENDAFTAR MAKLUMAT KLIEN

Menu ini digunakan oleh Penyelaras Wellness Hub untuk mendaftar serta membuat analisa bagi klien yang telah hadir ke Wellness Hub.

3.1.1 PROSES PENDAFTARAN KLIEN WELLNESS HUB

1. Log masuk sebagai **Penyelaras Wellness Hub** (rujuk [Log Masuk](#)).
2. Klik pada **Senarai Klien** pada menu **Wellness Hub**.



3. Sistem akan memaparkan skrin **SENARAI KLIEN**.

The screenshot shows the 'SENARAI KLIEN' screen. At the top, there is a 'TAPISAN' (Filter) section with three dropdown menus: 'JENIS KEDATANGAN' (Type of Arrival), 'TARIKH DAFTAR' (Registration Date), and 'STATUS ANALISA PENILAIAN' (Assessment Status). Below these are 'SET SEMULA' and 'TAPIS' buttons. A search bar is also present. The main part of the screen is a table with columns: BIL, JENIS KEDATANGAN, NO KP, NAMA KLIEN, TARIKH DAFTAR, STATUS ANALISA PENILAIAN, and TINDAKAN. The table contains 5 rows of client data. At the bottom right, there is a pagination control showing '1-5 daripada 34' and navigation buttons.

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK IN	990790035027	ADAM ZIKRI	2024-07-02	Selamat	
2	WALK IN	991229035027	ADAM ZIKRI	2024-07-02	Selamat	
3	WALK IN	991228085021	HADI BIN ABDULLAH	2024-07-02	Untuk Tindakan	
4	WALK IN	991228085025	ADAM HANIF	2024-07-02	Untuk Tindakan	
5	WALK IN	991228085027	AHMAD MUZZAMMIL	2024-07-02	Untuk Tindakan	



4. Klik pada butang **[QR Code]** untuk memaparkan paparan kod QR bagi wellness hub berkenaan.

TAPISAN

JENIS KEDATANGAN: SILA PILIH
TARIKH DAFTAR:
STATUS ANALISA PENILAIAN: SILA PILIH

SET SEMULA TAPIS

Carian ...

QR Code -KLIEN

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	990710035027	ADAM ZIKRI	2024-07-02	Sesuai	
2	WALK-IN	991229035027	ADAM ZIKRI	2024-07-02	Sesuai	
3	WALK-IN	991228085021	HADI BIN ABDULLAH	2024-07-02	Untuk Tindakan	
4	WALK-IN	991228085025	ADAM HANIF	2024-07-02	Untuk Tindakan	
5	WALK-IN	991228085027	AHMAD MUZZAMMIL	2024-07-02	Untuk Tindakan	

5 1-5 daripada 34 < 1 2 ... 7 >

5. Sistem akan memaparkan skrin tetingkap bagi kod QR berkenaan.

PAUTAN MAKLUM BALAS



PAUTAN SALIN PAUTAN

TUTUP CETAK

Nota: Klik pada **[SALIN PAUTAN]** untuk menyalin pautan yang disediakan. Klik pada butang **[CETAK]** sekiranya ingin mencetak kod QR berikut. Klik pada butang **[TUTUP]** untuk kembali pada skrin utama.



6. Klik pada butang **[+KLIEN]** untuk mendaftar maklumat klien.

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	991010035024	ALIA ADHA	2024-05-09	Sellesai	
2	DIRUJUK	991010035042	AIDA RAZMAN	2024-05-09	Sellesai	
3	WALK-IN	991212065023	MUHAMAD AIMAN	2024-05-09	Sellesai	
4	WALK-IN	300616011961	YAZID	2024-05-02	Sellesai	
5	WALK-IN	030616011961	DANISH	2024-05-01	Untuk Tindakan	

7. Sistem akan memaparkan skrin **DAFTAR KLIEN**.

< **1** LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER MAKLUMAT * PILIH SUMBER MAKLUMAT

NO KAD PENGENALAN * MASUKKAN NO KAD PENGENALAN

NAMA PENUH * MASUKKAN NAMA PENUH

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB *

[← KEMBALI KE SENARAI](#) [SETERUSNYA →](#)

8. Sekiranya **JENIS KEDATANGAN** yang dipilih adalah **“WALK-IN”**, sistem akan memaparkan medan-medan seperti berikut:

< **1** LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER MAKLUMAT * PILIH SUMBER MAKLUMAT

NO KAD PENGENALAN * MEDIA SOSIAL

NAMA PENUH * MEDIA KONVENSIONAL

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * OUTREACH (WOW/KEM KESIHATAN / JELAJAH)

KELUARGA/KENALAN/KOMUNITI

[← KEMBALI KE SENARAI](#) [SETERUSNYA →](#)



9. Sekiranya **JENIS KEDATANGAN** yang dipilih adalah “**DIRUJUK**”, sistem akan memaparkan medan-medan seperti berikut:

The screenshot shows a form with a breadcrumb trail: 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >. Under 'JENIS KEDATANGAN *', the 'DIRUJUK' radio button is selected. Below, a dropdown menu titled 'PILIH SUMBER MAKLUMAT' is open, showing options: 'KLINIK KESIHATAN', 'HOSPITAL', 'KLINIK PERGIAGIAN', 'KOSPEN', and 'OUTREACH'. There are also input fields for 'SUMBER RUJUKAN *', 'NO KAD PENGENALAN *', 'NAMA PENUH *', and 'TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB *'. Navigation buttons 'KEMBALI KE SENARAI' and 'SETERUSNYA' are at the bottom.

10. Sekiranya **JENIS KEDATANGAN** yang dipilih adalah “**VIRTUAL**”, sistem akan memaparkan medan-medan seperti berikut:

The screenshot shows the same breadcrumb trail. Under 'JENIS KEDATANGAN *', the 'VIRTUAL' radio button is selected. The dropdown menu shows options: 'FACEBOOK LIVE', 'YOUTUBE LIVE', and 'TIKTOK LIVE'. There are also input fields for 'SUMBER RUJUKAN *', 'NO KAD PENGENALAN *', 'NAMA PENUH *', and 'TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB *'. Navigation buttons 'KEMBALI KE SENARAI' and 'SETERUSNYA' are at the bottom.

11. Sekiranya **JENIS KEDATANGAN** yang dipilih adalah “**OUTREACH**”, sistem akan memaparkan medan-medan seperti berikut:

The screenshot shows the same breadcrumb trail. Under 'JENIS KEDATANGAN *', the 'OUTREACH' radio button is selected. There are input fields for 'NO KAD PENGENALAN *' (with placeholder 'MASUKKAN NO KAD PENGENALAN'), 'NAMA PENUH *' (with placeholder 'MASUKKAN NAMA PENUH'), and 'TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB *'. Navigation buttons 'KEMBALI KE SENARAI' and 'SETERUSNYA' are at the bottom.



12. Sila masukkan maklumat seperti berikut:

- a) JENIS KEDATANGAN
- b) SUMBER MAKLUMAT
- c) NO KAD PENGENALAN
- d) NAMA PENUH
- e) TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB

****Nota:** Medan-medan yang bertanda (*) adalah wajib diisi. **

13. Setelah mengisi medan-medan yang berkenaan, klik pada butang **[SETERUSNYA]**.

The screenshot shows a multi-step registration process. The current step is 'DEMOGRAFI'. The form contains the following fields and values:

- JENIS KEDATANGAN ***: WALK-IN (selected), DIRUJUK, VIRTUAL, OUTREACH
- SUMBER MAKLUMAT ***: PILIH SUMBER MAKLUMAT (dropdown menu showing KELUARGA/KENALAN/KOMUNITI)
- NO KAD PENGENALAN ***: 990101035028
- NAMA PENUH ***: ALIAAA
- TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB ***: 10/10/2024, 09:47

Navigation buttons include 'KEMBALI KE SENARAI' and 'SETERUSNYA'.

14. Sistem memaparkan skrin tab **DEMOGRAFI**.

15. Sila masukkan maklumat seperti berikut:

- a) TINGGI (m)
- b) BERAT BADAN (kg)
- c) BI (kg/m²)
- d) UMUR
- e) JANTINA
- f) BANGSA
- g) STATUS PERKAHWINAN
- h) TAHAP PENDIDIKAN



i) STATUS PEKERJAAN

****Nota:** Medan-medan yang bertanda (*) adalah wajib diisi.**

16. Setelah mengisi medan-medan yang berkenaan, klik pada butang **[SETERUSNYA]**.

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

TINGGI (m) * TINGGI

BERAT BADAN (kg) * BERAT BADAN

BMI (kg/m2) * BMI

KATEGORI BMI * KATEGORI BMI

UMUR * 24

JANTINA * LELAKI PEREMPUAN

BANGSA * SILA PILIH

STATUS PERKAHWINAN * SILA PILIH

TAHAP PENDIDIKAN * SILA PILIH

STATUS PEKERJAAN * SILA PILIH

← SEBELUMNYA SIMPAN DRAF SETERUSNYA →

****Nota:** Klik pada butang **[SIMPAN DRAF]** sekiranya ingin menyimpan sebagai draf.**

17. Sistem akan memaparkan skrin tab **STATUS KESIHATAN**.

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

ADAKAH ANDA MENGIDAP PENYAKIT KRONIK? *

TIADA ADA

LAIN-LAIN PENYAKIT KRONIK

LAIN-LAIN PENYAKIT KRONIK

BERAPA KERAP ANDA MELAKUKAN SARINGAN KESIHATAN DI FASILITI KESIHATAN (KERAJAAN/SWASTA) *

BERAPA KERAP ANDA MELAKUKAN SARINGAN KESIHATAN DI FASILITI KESIHATAN (KERAJAAN/SWASTA)

← SEBELUMNYA SIMPAN DRAF SETERUSNYA →



18. Setelah mengisi medan-medan yang berkenaan, klik pada butang **[SETERUSNYA]**.

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

ADAKAH ANDA MENGIDAP PENYAKIT KRONIK? *

TIADA ADA

LAIN-LAIN PENYAKIT KRONIK

LAIN-LAIN PENYAKIT KRONIK

BERAPA KERAP ANDA MELAKUKAN SARINGAN KESIHATAN DI FASILITI KESIHATAN (KERAJAAN/SWASTA) *

BERAPA KERAP ANDA MELAKUKAN SARINGAN KESIHATAN DI FASILITI KESIHATAN (KERAJAAN/SWASTA)

← SEBELUMNYA SIMPAN DRAF SETERUSNYA →

****Nota:** Klik pada butang **[SIMPAN DRAF]** sekiranya ingin menyimpan sebagai draf. ******

19. Sistem akan memaparkan skrin tab **AKTIVITI FIZIKAL**.

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

1. BERAPA KALI ANDA MELAKUKAN AKTIVITI FIZIKAL SEKURANG-KURANGNYA 30 MINIT SETIAP SESI DALAM TEMPOH SEMINGGU? *

1. BERAPA KALI ANDA MELAKUKAN AKTIVITI FIZIKAL SEKURANG-KURANGNYA 30 MINIT SETIAP SESI DALAM TEMPOH SEMINGGU?

2. DALAM TEMPOH MASA SEMINGGU YANG LEPAS, SILA NYATAKAN BERAPA KALI ANDA MENGAMBIL BAHAGIAN DALAM AKTIVITI FIZIKAL BERIKUT SELAMA SEKURANG-KURANGNYA 30 MINIT ATAU LEBIH PADA SATU MASA.

A. AKTIVITI FIZIKAL RINGAN (INTENSITI RINGAN)

CONTOH AKTIVITI:

- BERJALAN SANTAI/NAIK TURUN TANGGA
- MENGEMAS RUMAH
- MENYIRAM POKOK, BERMAIN BOWLING, BERMAIN GOLF

PILIH SATU

B. AKTIVITI FIZIKAL SEDERHANA (INTENSITI SEDERHANA)

CONTOH AKTIVITI:

- BERJALAN PANTAS
- BERBASIKAL, BAHKAM/JAM, BERENANG
- MENGEMOP LANTAI, MENCUCI KENDERAAN, BERKEBUN
- MENARI, TAI CHI, SENAMROBIK, SUKAN RIADAH

PILIH SATU

C. AKTIVITI FIZIKAL BERAT (INTENSITI TINGGI)

CONTOH AKTIVITI:

- BERJARI, JOGGING, BERBASIKAL, HAKM/JAM, LOMPIT TALI, BERENANG, MENDARI BUKIT/GUNUNG
- LATIHAN BEBANAN
- BERSUKAN SEPERTI FUTSAL, BADMINTON DAN BERMAIN BOLA SEPAK

PILIH SATU

3. BERAPA LAMAKAH ANDA MENGHABISKAN MASA UNTUK DUDUK ATAU BARING PADA SETIAP HARI? *

3. BERAPA LAMAKAH ANDA MENGHABISKAN MASA UNTUK DUDUK ATAU BARING PADA SETIAP HARI?

← SEBELUMNYA SIMPAN DRAF SETERUSNYA →



20. Setelah mengisi medan-medan yang berkenaan, klik pada butang **[SETERUSNYA]**.

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

1. BERAPA KALI ANDA MELAKUKAN AKTIVITI FIZIKAL SEKURANG-KURANGNYA 30 MINIT SETIAP SESI DALAM TEMPOH SEMINGGU? *

1. BERAPA KALI ANDA MELAKUKAN AKTIVITI FIZIKAL SEKURANG-KURANGNYA 30 MINIT SETIAP SESI DALAM TEMPOH SEMINGGU?

2. DALAM TEMPOH MASA SEMINGGU YANG LEPAS, SILA NYATAKAN BERAPA KALI ANDA MENGAMBIL BAHAGIAN DALAM AKTIVITI FIZIKAL BERIKUT SELAMA SEKURANG-KURANGNYA 30 MINIT ATAU LEBIH PADA SATU MASA.

A. AKTIVITI FIZIKAL RINGAN (INTENSITI RINGAN)

CONTOH AKTIVITI:

- BERJALAN SANTI/NAIK TURUN TANGGA
- MENGENGAS RUMAH
- MENYIRAM POKOK, BERMAIN BOLA/ING, BERMAIN GOLF

PILIH SATU

B. AKTIVITI FIZIKAL SEDERHANA (INTENSITI SEDERHANA)

CONTOH AKTIVITI:

- BERJALAN PANTAS
- BERBASIKAL 30-45 MINIT, BERenang
- MENGEROP LANTAL, MENCUCI KENDERAAN, BERKEBUN
- MENARI, TAI CHI, SENAM/ROBIK, SUKAN RIADAH

PILIH SATU

C. AKTIVITI FIZIKAL BERAT (INTENSITI TINGGI)

CONTOH AKTIVITI:

- BERLARI, JOGGING, BERBASIKAL 145 MINIT, LOMPAT TALI, BERenang, MENDARI BUKIT/SUNUNG
- LATHAN BEBANAN
- BERUKAN SUPERTI FUTSAL, BADMINTON DAN BERMAIN BOLA SEPAK

PILIH SATU

3. BERAPA LAMAKAH ANDA MENGHABISKAN MASA UNTUK DUDUK ATAU BARING PADA SETIAP HARI? *

3. BERAPA LAMAKAH ANDA MENGHABISKAN MASA UNTUK DUDUK ATAU BARING PADA SETIAP HARI?

← SEBELUMNYA SIMPAN DRAF SETERUSNYA →

****Nota: Klik pada butang [SIMPAN DRAF] sekiranya ingin menyimpan sebagai draf.****

21. Sistem akan memaparkan skrin tab **PEMAKANAN SIHAT**.

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

1. NYATAKAN SUKATAN PENGAMBILAN MAKANAN YANG ANDA AMALKAN DALAM SATU HIDANGAN. *

SKALA	1	1/2	1/4	0
KETERANGAN	1 PINGGAN	1/2 PINGGAN	1/4 PINGGAN	0 PENGAMBILAN

SAYUR/BUAH-BUAHAN * 1 1/2 1/4 0

IKAN/AYAM/DAGING/KEKACANG * 1 1/2 1/4 0

NASUMI/ROTI/BUJIRIN/PRODUK BUJIRIN/UBI * 1 1/2 1/4 0

2. BERAPAKAH GELAS AIR KOSONG YANG ANDA AMBIL DALAM SEHARI? (1 GELAS = 250ML) *

2. BERAPAKAH GELAS AIR KOSONG YANG ANDA AMBIL DALAM SEHARI? (1 GELAS = 250ML)

3. Apakah anda mengambil hidangan sayur-sayuran dan buah-buahan setiap hari? *

YA TIDAK

← SEBELUMNYA SIMPAN DRAF SETERUSNYA →



22. Setelah mengisi medan-medan yang berkenaan, klik pada butang **[SETERUSNYA]**.

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

1. NYATAKAN SUKATAN PENGAMBILAN MAKANAN YANG ANDA AMALKAN DALAM SATU HIDANGAN.*

SKALA	1	1/2	1/4	0
KETERANGAN	1 PINGGAN	1/2 PINGGAN	1/4 PINGGAN	0 PENGAMBILAN

SAYUR/BUAH-BUAHAN* 1 1/2 1/4 0

IKAN/AYAM/DAGING/KEKACANG* 1 1/2 1/4 0

NASI/MI/ROTI/BIJIRIN/PRODUK BIJIRIN/UBI* 1 1/2 1/4 0

2. BERAPAKAH GELAS AIR KOSONG YANG ANDA AMBIL DALAM SEHARI? (1 GELAS = 250ML)*

2. BERAPAKAH GELAS AIR KOSONG YANG ANDA AMBIL DALAM SEHARI? (1 GELAS = 250ML)

3. Apakah anda mengambil hidangan sayur-sayuran dan buah-buahan setiap hari?*

YA TIDAK

< SEBELUMNYA **SIMPAN DRAF** **SETERUSNYA** >

****Nota: Klik pada butang [SIMPAN DRAF] sekiranya ingin menyimpan sebagai draf.****

23. Sistem akan memaparkan skrin tab **KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL**.

< 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL > 7 PENGGUNAAN >

SARINGAN MINDA SIHAT (WHOOLEY)

1. DALAM SEBULAN YANG LEPAS, ADAKAH ANDA TERGANGGU DENGAN MASALAH MERASA MURUNG, SEDIH ATAU TIADA HARAPAN?*

YA TIDAK

2. DALAM SEBULAN YANG LEPAS, ADAKAH ANDA TERGANGGU DENGAN MASALAH KURANG MINAT ATAU KESERONOKAN DALAM MELAKUKAN KERJA-KERJA?*

YA TIDAK

SARINGAN MINDA SIHAT (GAD-2)

1. DALAM TEMPOH 2 MINGGU YANG LEPAS, BERAPA KERAP ANDA TERGANGGU OLEH MASALAH BERIKUT?*

BERASA RESAH, GELISAH ATAU TEGANG

TIDAK DAPAT MENGHENTIKAN ATAU MENGAWAL KEBIMBANGAN

SKALA	0	1	2	3
KETERANGAN	TIDAK PERNAH SAMA SEKALI	BEBERAPA HARI	LEBIH DARI SEMINGGU	HAMPIR SETIAP HARI

BERASA RESAH, GELISAH ATAU TEGANG 0 1 2 3

TIDAK DAPAT MENGHENTIKAN ATAU MENGAWAL KEBIMBANGAN 0 1 2 3

< SEBELUMNYA **SIMPAN DRAF** **SETERUSNYA** >



24. Setelah mengisi medan-medan yang berkenaan, klik pada butang **[SETERUSNYA]**.

< 'US KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL > 7 PENGGUNAAN >

SARINGAN MINDA SIHAT (WHOOLEY)

1. DALAM SEBULAN YANG LEPAS, ADAKAH ANDA TERGANGGU DENGAN MASALAH MERASA MURUNG, SEDIH ATAU TIADA HARAPAN? *

YA TIDAK

2. DALAM SEBULAN YANG LEPAS, ADAKAH ANDA TERGANGGU DENGAN MASALAH KURANG MINAT ATAU KESERONOKAN DALAM MELAKUKAN KERJA-KERJA? *

YA TIDAK

SARINGAN MINDA SIHAT (GAD-2)

1. DALAM TEMPOH 2 MINGGU YANG LEPAS, BERAPA KERAP ANDA TERGANGGU OLEH MASALAH BERIKUT? *

BERASA RESAH, GELISAH ATAU TEGANG

TIDAK DAPAT MENGHENTIKAN ATAU MENGAWAL KEBIMBANGAN

SKALA 0 1 2 3

KETERANGAN TIDAK PERNAH SAMA SEKALI BEBERAPA HARI LEBIH DARI SEMINGGU HAMPPIR SETIAP HARI

BERASA RESAH, GELISAH ATAU TEGANG 0 1 2 3

TIDAK DAPAT MENGHENTIKAN ATAU MENGAWAL KEBIMBANGAN 0 1 2 3

← SEBELUMNYA **SIMPAN DRAF** **SETERUSNYA** →

****Nota:** Klik pada butang **[SIMPAN DRAF]** sekiranya ingin menyimpan sebagai draf. ******

25. Sistem akan memaparkan skrin tab **PENGGUNAAN TEMBAKAU**.

< 'IVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL > 7 PENGGUNAAN TEMBAKAU > 8 PERSEI >

1. ADAKAH ANDA SEORANG PEROKOK (ROKOK/ROKOK ELEKTRONIK/SHISHA)?

YA TIDAK

SOALAN FAGESTROM

1. BILAKAH ANDA MULA MENGHISAP ROKOK SELEPAS BANGUN TIDUR? *

KURANG 5 MINIT 6 HINGGA 30 MINIT 31 HINGGA 60 MINIT LEBIH 60 MINIT

2. ADAKAH ANDA MENGHADAPI MASALAH UNTUK MENGLAKKAN DIRI DARI MEROKOK APABILA ANDA BERADA DI DALAM KAWASAN LARANGAN MEROKOK? *

YA TIDAK

3. PADA WAKTU BILAKAH PALING SUKAR UNTUK ANDA TIDAK MEROKOK? *

AWAL PAGI WAKTU LAIN

4. BERAPA BATANG ROKOK YANG ANDA HISAP SETIAP HARI? *

10 BATANG ATAU KURANG 11 HINGGA 20 BATANG 21 HINGGA 30 BATANG 31 ATAU LEBIH

5. ADAKAH ANDA MEROKOK LEBIH KERAP DALAM TEMPOH SATU JAM SELEPAS BANGUN DARI TIDUR BERBANDING WAKTU LAIN? *

YA TIDAK

6. ADAKAH ANDA MEROKOK WALAUPUN DI WAKTU SAKIT? *

YA TIDAK

← SEBELUMNYA **SIMPAN DRAF** **SETERUSNYA** →



26. Sekiranya jawapan yang dipilih pada soalan pertama adalah **'YA'**, sistem akan memaparkan medan-medan seperti berikut;

< TVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL > **7** PENGUNAAN TEMBAKAU > 8 PERSEI >

1. ADAKAH ANDA SEORANG PEROKOK (ROKOK/ROKOK ELEKTRONIK/SHISHA)?

YA TIDAK

SOALAN FAGESTROM

1. BILAKAH ANDA MULA MENGHISAP ROKOK SELEPAS BANGUN TIDUR? *

KURANG 5 MINIT 6 HINGGA 30 MINIT 31 HINGGA 60 MINIT LEBIH 60 MINIT

2. ADAKAH ANDA MENGHADAPI MASALAH UNTUK MENGIKHLAKKAN DIRI DARI MEROKOK APABILA ANDA BERADA DI DALAM KAWASAN LARANGAN MEROKOK? *

YA TIDAK

3. PADA WAKTU BILAKAH PALING SUKAR UNTUK ANDA TIDAK MEROKOK? *

AWAL PAGI WAKTU LAIN

4. BERAPA BATANG ROKOK YANG ANDA HISAP SETIAP HARI? *

10 BATANG ATAU KURANG 11 HINGGA 20 BATANG 21 HINGGA 30 BATANG 31 ATAU LEBIH

5. ADAKAH ANDA MEROKOK LEBIH KERAP DALAM TEMPOH SATU JAM SELEPAS BANGUN DARI TIDUR BERBANDING WAKTU LAIN? *

YA TIDAK

6. ADAKAH ANDA MEROKOK WALAUPUN DI WAKTU SAKIT? *

YA TIDAK

← SEBELUMNYA **SIMPAN DRAF** SETERUSNYA →

27. Sekiranya jawapan yang dipilih pada soalan pertama adalah **'TIDAK'**, sistem akan memaparkan medan-medan seperti berikut;

< TVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL > **7** PENGUNAAN TEMBAKAU > 8 PERSEI >

1. ADAKAH ANDA SEORANG PEROKOK (ROKOK/ROKOK ELEKTRONIK/SHISHA)?

YA TIDAK

1. ADAKAH ANDA BERANI MENEGUR AHLI KELUARGA YANG MEROKOK DI SEKELILING ANDA? *

YA TIDAK

2. ADAKAH ANDA BERANI MENEGUR RAKAN YANG MEROKOK DI SEKELILING ANDA? *

YA TIDAK

3. ADAKAH ANDA BERANI MENEGUR ORANG LAIN YANG MEROKOK DI SEKELILING ANDA? *

YA TIDAK

← SEBELUMNYA **SIMPAN DRAF** SETERUSNYA →

****Nota: Klik pada butang [SIMPAN DRAF] sekiranya ingin menyimpan sebagai draf.****

28. Setelah mengisi medan-medan yang berkenaan, klik pada butang **[SETERUSNYA]**.



29. Sistem akan memaparkan skrin tab **PENILAIAN KESEDIAAN KLIEN.**

< KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL > 7 PENGGUNAAN TEMBAKAU > 8 PERSEKITARAN BERSIH > 9 PENILAIAN KESEDIAAN KLIEN >

ADAKAH ANDA BERSEDIA UNTUK MENYERTAI AKTIVITI DI WELLNESS HUB? *

SKALA 1 2 3 4 5

KETERANGAN TIDAK BERSEDIA SANGAT BERSEDIA

SKOR ○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5

← SEBELUMNYA SIMPAN

30. Setelah mengisi skor bagi klien tersebut, klik pada butang **[SIMPAN]**.

< KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL > 7 PENGGUNAAN TEMBAKAU > 8 PERSEKITARAN BERSIH > 9 PENILAIAN KESEDIAAN KLIEN >

ADAKAH ANDA BERSEDIA UNTUK MENYERTAI AKTIVITI DI WELLNESS HUB? *

SKALA 1 2 3 4 5

KETERANGAN TIDAK BERSEDIA SANGAT BERSEDIA

SKOR ○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5

← SEBELUMNYA SIMPAN

31. Sistem memaparkan notifikasi tettingkap.

?

PENGESAHAN

Adakah anda pasti untuk menyimpan maklumat?

YA TIDAK



32. Klik butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup semula notifikasi tettingkap berkenaan.

33. Sistem memaparkan notifikasi berjaya serta menyatakan **“Maklumat berjaya disimpan”**.

The screenshot shows a notification window titled "Maklumat berjaya disimpan." (Information successfully saved). Below the notification, there is a section for filtering data with the following fields:

- TAPISAN
- JENIS KEDATANGAN: SILA PILIH
- TARIKH DAFTAR: [Calendar icon]
- STATUS ANALISA PENILAIAN: SILA PILIH

Buttons: SET SEMULA, TAPIS

Search bar: Carian ... [Magnifying glass icon] +KLIEN

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	991228085048	AINA NAZIHAH	2024-03-12	Untuk Tindakan	[Edit icon]
2	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI RUJUKAN	2024-03-10	Selesai	[Info icon]
3	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI ALIAS	2024-03-07	Selesai	[Info icon]

Page navigation: 5 1-3 daripada 3 < 1 >



3.1.2 PROSES MEMBUAT ANALISA BAGI KLIEN-KLIEN YANG DIDAFFTAR

1. Pada skrin **SENARAI KLIEN**, klik pada ikon **Kemas Kini** pada senarai yang berstatus '**Untuk Tindakan**' untuk membuat analisa.

TAPISAN

JENIS KEDATANGAN: SILA PILIH
TARIKH DAFTAR: [Calendar Icon]
STATUS ANALISA PENILAIAN: SILA PILIH

SET SEMULA TAPIS

Carian ... [Search Icon]

QR Code +KLIEN

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	990710035027	ADAM ZIKRI	2024-07-02	Selesai	[Icon]
2	WALK-IN	991229035027	ADAM ZIKRI	2024-07-02	Selesai	[Icon]
3	WALK-IN	991228085021	HADI BIN ABDULLAH	2024-07-02	Untuk Tindakan	[Icon]
4	WALK-IN	991228085025	ADAM HANIF	2024-07-02	Untuk Tindakan	[Icon]
5	WALK-IN	991228085027	AHMAD MUZZAMMIL	2024-07-02	Untuk Tindakan	[Icon]

5 1-5 daripada 34 < 1 2 ... 7 >

2. Sistem memaparkan skrin **PENILAIAN TINGKAH LAKU**.

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER MAKLUMAT * PILIH SUMBER MAKLUMAT MEDIA SOSIAL

SUMBER MAKLUMAT * PILIH SUMBER MAKLUMAT MEDIA SOSIAL

NO KAD PENGENALAN * 991228085046

NAMA PENUH * ALISHA BATRISYIA

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * 2/7/2024

< KEMBALI KE SENARAI SETERUSNYA >



3. Klik pada butang **[SETERUSNYA]**.
4. Sistem memaparkan skrin **DEMOGRAFI**.

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

TINGGI (m) * 176

BERAT BADAN (kg) * 67

BMI (kg/m2) * 21.62964876033058

KATEGORI BMI * MEMPUYAI BERAT BADAN UNGGUL

UMUR * 24

JANTINA * LELAKI PEREMPUAN

BANGSA * MELAYU

STATUS PERKAHWINAN * BUJANG

TAHAP PENDIDIKAN * IJAZAH DAN KE ATAS

PENDAPATAN ISI RUMAH * BEKERJA SENDIRI

← SEBELUMNYA SETERUSNYA →

5. Klik pada butang **[SETERUSNYA]**.
6. Sistem memaparkan skrin **STATUS KESIHATAN**

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

ADAKAH ANDA MENGIDAP PENYAKIT KRONIK? *

TIADA ADA

LAIN-LAIN PENYAKIT KRONIK

LAIN-LAIN PENYAKIT KRONIK

BERAPA KERAP ANDA MELAKUKAN SARINGAN KESIHATAN DI FASILITI KESIHATAN (KERAJAAN/SWASTA) *

LEBIH 6 BULAN

ANALISA PEGAWAI *

MENEPATI SASARAN TIDAK MENEPATI SASARAN

← SEBELUMNYA SETERUSNYA →



7. Pada bahagian **ANALISA PEGAWAI**, klik pada radio button untuk membuat analisa dan klik butang **[SETERUSNYA]**.

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

ADAKAH ANDA MENDIDAP PENYAKIT KRONIK? *

TIADA ADA

LAIN-LAIN PENYAKIT KRONIK

LAIN-LAIN PENYAKIT KRONIK

BERAPA KERAP ANDA MELAKUKAN SARINGAN KESIHATAN DI FASILITI KESIHATAN (KERAJAAN/SWASTA) *

LEBIH 6 BULAN

ANALISA PEGAWAI *

MENEPAI SASARAN TIDAK MENEPAI SASARAN

← SEBELUMNYA SETERUSNYA →

8. Sistem memaparkan skrin tab **AKTIVITI FIZIKAL**.

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

1. BERAPA KALI ANDA MELAKUKAN AKTIVITI FIZIKAL SEKURANG-KURANGNYA 30 MINIT SETIAP SESI DALAM TEMPOH SEMINGGU? *

SEKALI

ANALISA PEGAWAI *

MENEPAI SASARAN TIDAK MENEPAI SASARAN

2. DALAM TEMPOH MASA SEMINGGU YANG LEPAS, SILA NYATAKAN BERAPA KALI ANDA MENGAMBIL BAHAGIAN DALAM AKTIVITI FIZIKAL BERIKUT SELAMA SEKURANG-KURANGNYA 30 MINIT ATAU LEBIH PADA SATU MASA.

A. AKTIVITI FIZIKAL RINGAN (INTENSITI RINGAN)

CONTOH AKTIVITI

- BERJALAN SAMA/PAKAI TURUN TANGGA
- MENGENGAS RUMAH
- MENYIRAM POKOK, BERMAIN BOLLING, BERMAIN GOLF

4 KALI

B. AKTIVITI FIZIKAL SEDERHANA (INTENSITI SEDERHANA)

CONTOH AKTIVITI

- BERJALAN/PANTAS
- BERBASIKAL 8-14KM/JAM, BERenang
- MENGENGAP LANTAI, MENGIJOKI KENDERAAN, BERKEBUN
- MENARI, TAI CHI, SENAMROBIK, SUKAN RIADAH

4 KALI

C. AKTIVITI FIZIKAL BERAT (INTENSITI TINGGI)

CONTOH AKTIVITI

- BERLARI, JOGGING, BERBASIKAL 14KM/JAM, Lompat Tali, BERenang, MENDAKI BUKIT/BUKITUNGUNG
- LATIHAN BEBANAN
- BERSEDUKAN SEPERTI FUTSAL, BADMINTON DAN BERMAIN BOLA SEPAK

5 KALI

ANALISA PEGAWAI *

AKTIF SEDERHANA AKTIF KURANG AKTIF/SEDERHANA

3. BERAPA LAMAKAH ANDA MENGHABISKAN MASA UNTUK DUDUK ATAU BARING PADA SETIAP HARI? *

4 JAM

ANALISA PEGAWAI *

TINGKAH LAKU SEDENTARI AKTIF

← SEBELUMNYA SETERUSNYA →



9. Pada bahagian **ANALISA PEGAWAI**, klik pada radio button untuk membuat analisa dan klik butang **[SETERUSNYA]**.

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

1. BERAPA KALI ANDA MELAKUKAN AKTIVITI FIZIKAL SEKURANG-KURANGNYA 30 MINIT SETIAP SESI DALAM TEMPOH SEMINGGU? *

SEKALI

ANALISA PEGAWAI *

MENEPATI SASARAN TIDAK MENEPATI SASARAN

2. DALAM TEMPOH MASA SEMINGGU YANG LEPAS, SILA NYATAKAN BERAPA KALI ANDA MENGAMBIL BAHAGIAN DALAM AKTIVITI FIZIKAL BERKUT SELAMA SEKURANG-KURANGNYA 30 MINIT ATAU LEBIH PADA SATU MASA.

A. AKTIVITI FIZIKAL RINGAN (INTENSITI RINGAN)

CONTOH AKTIVITI

- BERJALAN SAMPUNAIK TURUN TANGGA
- MENGEKAS RUMAH
- MENYIRAM POKOK, BERMAIN BOLAHSULUNG, BERMAIN GOLF

4 KALI

B. AKTIVITI FIZIKAL SEDERHANA (INTENSITI SEDERHANA)

CONTOH AKTIVITI

- BERJALAN PINTAS
- BERSEKAL 8-10 MASA JAM, BERSEKANG
- MENGENGIK LAKSAI, MENCIKID, KENDERAAN BERKEKIL
- MENARI, TAI CHI, SENAMRUBIK, SUKAN RAGAH

4 KALI

C. AKTIVITI FIZIKAL BERAT (INTENSITI TINGGI)

CONTOH AKTIVITI

- BERJALAN JODONG, BERSEKAL 11-15 MASA JAM, LEMBAT TALI, BERSEKANG, MENGIKID BUKITDUNUNG
- LATIHAN BERBARAT
- BERSEKANG SEPERTI FUTSAL, BADMINTON DAN BERSEKANG SOKA SOKAK

5 KALI

ANALISA PEGAWAI *

AKTIF SEDERHANA AKTIF KURANG AKTIF/SEDERHANA

3. BERAPA LAMAKAH ANDA MENGHABISKAN MASA UNTUK DUDUK ATAU BARING PADA SETIAP HARI? *

4 JAM

ANALISA PEGAWAI *

TINGKAH LAKU SEDENTARI AKTIF

← SEBELUMNYA **SETERUSNYA** →



10. Sistem memaparkan skrin tab **PEMAKANAN SIHAT.**

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

1. NYATAKAN SUKATAN PENGAMBILAN MAKANAN YANG ANDA AMALKAN DALAM SATU HIDANGAN. *

SKALA	1	1/2	1/4	0
KETERANGAN	1 PINGGAN	1/2 PINGGAN	1/4 PINGGAN	0 PENGAMBILAN

SAYUR/BUAH-BUAHAN * 1 1/2 1/4 0

IKAN/AYAM/DAGING/KEKACANG * 1 1/2 1/4 0

NASUMI/ROTI/BIJIRIN/PRODUK BIJIRIN/UBI * 1 1/2 1/4 0

ANALISA PEGAWAI *

MENEPATI SASARAN TIDAK MENEPATI SASARAN

2. BERAPAKAH GELAS AIR KOSONG YANG ANDA AMBIL DALAM SEHARI? (1 GELAS = 250ML) *

4 GELAS

ANALISA PEGAWAI *

MENEPATI SASARAN TIDAK MENEPATI SASARAN

3. Apakah anda mengambil hidangan sayur-sayuran dan buah-buahan setiap hari? *

YA TIDAK

ANALISA PEGAWAI *

MENEPATI SASARAN TIDAK MENEPATI SASARAN

← SEBELUMNYA SETERUSNYA →



11. Pada bahagian **ANALISA PEGAWAI**, klik pada radio button untuk membuat analisa dan klik butang **[SETERUSNYA]**.

< 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 >

1. NYATAKAN SUKATAN PENGAMBILAN MAKANAN YANG ANDA AMALKAN DALAM SATU HIDANGAN.*

SKALA	1	1/2	1/4	0
KETERANGAN	1 PINGGAN	1/2 PINGGAN	1/4 PINGGAN	0 PENGAMBILAN

SAYUR/BUAH/BUAHAN* 1 1/2 1/4 0

IKAN/AYAM/DAGING/KEKACANG* 1 1/2 1/4 0

NASIM/ROTI/BIURIN/PRODUK BIURIN/USI* 1 1/2 1/4 0

ANALISA PEGAWAI*

MENEPATI SASARAN TIDAK MENEPATI SASARAN

2. BERAPAKAH GELAS AIR KOSONG YANG ANDA AMBIL DALAM SEHARI? (1 GELAS = 250ML)*

4 GELAS

ANALISA PEGAWAI*

MENEPATI SASARAN TIDAK MENEPATI SASARAN

3. Apakah anda mengambil hidangan sayur-sayuran dan buah-buahan setiap hari?*

YA TIDAK

ANALISA PEGAWAI*

MENEPATI SASARAN TIDAK MENEPATI SASARAN

< SEBELUMNYA **SETERUSNYA** >



12. Sistem memaparkan skrin tab **KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL.**

< 'US KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL > 7 PENGGUNAAN >

SARINGAN MINDA SIHAT (WHOOLEY)

1. DALAM SEBULAN YANG LEPAS, ADAKAH ANDA TERGANGGU DENGAN MASALAH MERASA MURUNG, SEDIH ATAU TIADA HARAPAN?*

YA TIDAK

ANALISA PEGAWAI *

TIDAK BERISIKO BERISIKO

2. DALAM SEBULAN YANG LEPAS, ADAKAH ANDA TERGANGGU DENGAN MASALAH KURANG MINAT ATAU KESERONOKAN DALAM MELAKUKAN KERJA-KERJA?*

YA TIDAK

ANALISA PEGAWAI *

TIDAK BERISIKO BERISIKO

SARINGAN MINDA SIHAT (GAD-2)

1. DALAM TEMPOH 2 MINGGU YANG LEPAS, BERAPA KERAP ANDA TERGANGGU OLEH MASALAH BERIKUT?*

BERASA RESAH, GELISAH ATAU TEGANG

TIDAK DAPAT MENGHENTIKAN ATAU MENGAWAL KEBIMBANGAN

SKALA 0 1 2 3

KETERANGAN TIDAK PERNAH SAMA SEKALI BEBERAPA HARI LEBIH DARI SEMINGGU HAMPIR SETIAP HARI

BERASA RESAH, GELISAH ATAU TEGANG 0 1 2 3

TIDAK DAPAT MENGHENTIKAN ATAU MENGAWAL KEBIMBANGAN 0 1 2 3

ANALISA PEGAWAI *

TIDAK BERISIKO BERISIKO

< SEBELUMNYA SETERUSNYA >



13. Pada bahagian **ANALISA PEGAWAI**, klik pada radio button untuk membuat analisa dan klik butang **[SETERUSNYA]**.

< US KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKAL > 5 PEMAKANAN SIHAT > 6 KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL > 7 PENGGUNAAN >

SARINGAN MINDA SIHAT (WHOOLEY)

1. DALAM SEBULAN YANG LEPAS, ADAKAH ANDA TERGANGGU DENGAN MASALAH MERASA MURUNG, SEDIH ATAU TIADA HARAPAN? *

YA TIDAK

ANALISA PEGAWAI *

TIDAK BERISIKO BERISIKO

2. DALAM SEBULAN YANG LEPAS, ADAKAH ANDA TERGANGGU DENGAN MASALAH KURANG MINAT ATAU KESERONOKAN DALAM MELAKUKAN KERJA-KERJA? *

YA TIDAK

ANALISA PEGAWAI *

TIDAK BERISIKO BERISIKO

SARINGAN MINDA SIHAT (GAD-2)

1. DALAM TEMPOH 2 MINGGU YANG LEPAS, BERAPA KERAP ANDA TERGANGGU OLEH MASALAH BERIKUT? *

BERASA RESAH, GELISAH ATAU TEGANG

TIDAK DAPAT MENGHENTIKAN ATAU MENGAWAL KEBIMBANGAN

SKALA 0 1 2 3

KETERANGAN TIDAK PERNAH SAMA SEKALI BEBERAPA HARI LEBIH DARI SEMINGGU HAMPIR SETIAP HARI

BERASA RESAH, GELISAH ATAU TEGANG 0 1 2 3

TIDAK DAPAT MENGHENTIKAN ATAU MENGAWAL KEBIMBANGAN 0 1 2 3

ANALISA PEGAWAI *

TIDAK BERISIKO BERISIKO

← SEBELUMNYA **SETERUSNYA** →

14. Sistem memaparkan skrin tab **PENGGUNAAN TEMBAKAU**.

< PEMAKANAN SIHAT > 6 KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL > 7 PENGGUNAAN TEMBAKAU > 8 PERSEKIT >

1. ADAKAH ANDA SEORANG PEROKOK (ROKOK/ROKOK ELEKTRONIK/SHISHA)?

YA TIDAK

SOALAN FAGESTROM

KESEDIAAN BERHENTI MEROKOK? *

SKALA 1 2 3

KETERANGAN TIDAK PENTING TIDAK PASTI PENTING

ADAKAH ANDA BERSEDIA UNTUK BERHENTI MEROKOK? * 1 2 3

ADAKAH ANDA YAKIN UNTUK BERHENTI MEROKOK? * 1 2 3

ADAKAH PENTING UNTUK ANDA BERHENTI MEROKOK? * 1 2 3

ANALISA PEGAWAI *

KETAGIHAN RENDAH KETAGIHAN SEDERHANA KETAGIHAN TINGGI

← SEBELUMNYA **SETERUSNYA** →



15. Pada bahagian **ANALISA PEGAWAI**, klik pada radio button untuk membuat analisa dan klik butang **[SETERUSNYA]**.

PEMAKAPAN SIHAT > 6 KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL > 7 PENGGUNAAN TEMBAKAU > 8 PERSEKIT >

1. ADAKAH ANDA SEORANG PEROKOK (ROKOK/ROKOK ELEKTRONIK/SHISHA)?

YA TIDAK

SOALAN FAGESTROM

KESEDIAAN BERHENTI MEROKOK? *

SKALA 1 2 3

KETERANGAN TIDAK PENTING TIDAK PASTI PENTING

ADAKAH ANDA BERSEDIA UNTUK BERHENTI MEROKOK? * 1 2 3

ADAKAH ANDA YAKIN UNTUK BERHENTI MEROKOK? * 1 2 3

ADAKAH PENTING UNTUK ANDA BERHENTI MEROKOK? * 1 2 3

ANALISA PEGAWAI *

KETAGIHAN RENDAH KETAGIHAN SEDERHANA KETAGIHAN TINGGI

← SEBELUMNYA **SETERUSNYA** →

16. Sistem memaparkan skrin tab **PERSEKITARAN BERSIH**.

KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL > 7 PENGGUNAAN TEMBAKAU > 8 PERSEKITARAN BERSIH > 9 PENILAI >

1. ADAKAH ANDA MELAKUKAN KEBERSIHAN PERSEKITARAN DI DALAM/LUAR RUMAH? *

YA TIDAK

2. BERAPA KERAP ANDA MELAKUKAN AKTIVITI PEMBERSIHAN DI PREMIS KEDIAMAN ANDA? *

SEMINGGU SEKALI

3. ADAKAH ANDA MENGASINGKAN SAMPAH MENGIKUT KUMPULAN? (PLASTIK, KACA, KERTAS, SISA MAKANAN) *

YA TIDAK

4. ADAKAH ANDA MELAKUKAN AKTIVITI CARI DAN MUSNAH TEMPAT PEMBIAKAN NYAMUK AEDES PADA SETIAP MINGGU? *

YA TIDAK

5. TEMPAT-TEMPAT YANG ANDA KERAP BERSIHKAN DI DALAM RUMAH? *

KOLAH AIR, PELAPIK RAK PINGGAN

6. TEMPAT-TEMPAT YANG ANDA KERAP BERSIHKAN DI LUAR RUMAH? *

SALURAN AIR HUJAN, BEKAS POLISTERIN

ANALISA PEGAWAI *

MENEPATI SASARAN TIDAK MENEPATI SASARAN

← SEBELUMNYA **SETERUSNYA** →



17. Pada bahagian **ANALISA PEGAWAI**, klik pada radio button untuk membuat analisa dan klik butang **[SETERUSNYA]**.

< KESIHATAN MENTAL DAN SOKONGAN SOSIAL > 7 PENGGUNAAN TEMBAKAU > 8 PERSEKITARAN BERSIH > 9 PENILAI >

1. ADAKAH ANDA MELAKUKAN KEBERSIHAN PERSEKITARAN DI DALAM/LUAR RUMAH? *

YA TIDAK

2. BERAPA KERAP ANDA MELAKUKAN AKTIVITI PEMBERSIHAN DI PREMIS KEDIAMAN ANDA? *

SEMINGGU SEKALI

3. ADAKAH ANDA MENGASINGKAN SAMPAH MENGIKUT KUMPULAN? (PLASTIK, KACA, KERTAS, SISA MAKANAN) *

YA TIDAK

4. ADAKAH ANDA MELAKUKAN AKTIVITI CARI DAN MUSNAH TEMPAT PEMBIAKAN NYAMUK AEDES PADA SETIAP MINGGU? *

YA TIDAK

5. TEMPAT-TEMPAT YANG ANDA KERAP BERSIHKAN DI DALAM RUMAH? *

KOLAH AIR, PELAPIK RAK PINGGAN

6. TEMPAT-TEMPAT YANG ANDA KERAP BERSIHKAN DI LUAR RUMAH? *

SALURAN AIR HUJAN, BEKAS POLISTERIN

ANALISA PEGAWAI *

MENEPAI SASARAN TIDAK MENEPAI SASARAN

← SEBELUMNYA **SETERUSNYA** →

18. Sistem memaparkan skrin tab **PENILAIAN KESEDIAAN KLIEN**.

< > 7 PENGGUNAAN TEMBAKAU > 8 PERSEKITARAN BERSIH > 9 PENILAIAN KESEDIAAN KLIEN > 10 LAPORAN I >

ADAKAH ANDA BERSEDIA UNTUK MENYERTAI PAKEJ/INTERVENSI DI WELLNESS HUB? *

SKALA 1 2 3 4 5

KETERANGAN TIDAK BERSEDIA BERSEDIA

SKOR 1 2 3 4 5

ANALISA PEGAWAI *

TIDAK BERSEDIA KURANG BERSEDIA BERSEDIA

← SEBELUMNYA **SETERUSNYA** →



19. Pada bahagian **ANALISA PEGAWAI**, klik pada radio button untuk membuat analisa dan klik butang **[SETERUSNYA]**.

< > 7 PENGGUNAAN TEMBAKAU > 8 PERSEKITARAN BERSIH > 9 PENILAIAN KESEDIAAN KLIEN > 10 LAPORAN I >

ADAKAH ANDA BERSEDIA UNTUK MENYERTAI PAKEJ/INTERVENSI DI WELLNESS HUB? *

SKALA 1 2 3 4 5

KETERANGAN TIDAK BERSEDIA BERSEDIA

SKOR 1 2 3 4 5

ANALISA PEGAWAI *

TIDAK BERSEDIA KURANG BERSEDIA BERSEDIA

← SEBELUMNYA SETERUSNYA →

20. Sistem memaparkan skrin tab **LAPORAN PENILAIAN**.



< PENGGUNAAN TEMBAKAU > 8 PERSEKITARAN BERSIH > 9 PENILAIAN KESEDIAAN KLIEN > **10 LAPORAN PENILAIAN** >

BIL.	BAHAGIAN	LAPORAN PENILAIAN
1	STATUS KESEHATAN	MEMPUNYAI KESIHATAN
2	AKTIVITI FIZIKAL	MENEMPTI SASARAN
1. BERAHA KALI ANDA MELAKUKAN AKTIVITI FIZIKAL SEKURANG-KURANGNYA 30 MINIT SETIAP HARI DALAM TEMPUH SEMINGGU?		MENEMPTI SASARAN
SODOKU		
2. DALAM TEMPUH MASA SEMINGGU YANG LEPAS, SILA NYATAKAN BERAHA KALI ANDA MENGAMBI BAHAGIAN DALAM AKTIVITI FIZIKAL BERIKUT SELAMA SEKURANG-KURANGNYA 30 MINIT ATAU LEBIH PADA SATU MASA.		
A. AKTIVITI FIZIKAL BERMAHA INTENSITI (RIVULAM)		
CODOK AKTIVITI		
• BERJALAN DAN JAJARAN TURUN-TURUN		
• BERJALAN SINGKAL		
• MENYEMPAK POKOK BERTANAMAN BUKU DAN MARIYAD		
B. AKTIVITI FIZIKAL SEDERHANA (INTENSITI Sederhana)		SEDERHANA AKTIF
CODOK AKTIVITI		
• MENJAJAN BAKULAN		
• MENYEMPAK, TUJUK MARIYAD, BERJALAN		
• BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL KE DOKOR		
• BERJALAN, TUJUK, BERJALAN KE DOKOR		
C. AKTIVITI FIZIKAL BERKAT (INTENSITI TUMBUK)		
CODOK AKTIVITI		
• BERJALAN, BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL		
• BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL		
• BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL		
D. AKTIVITI FIZIKAL BERKAT (INTENSITI TUMBUK)		
CODOK AKTIVITI		
• BERJALAN, BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL		
• BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL		
• BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL, BERJALAN SINGKAL		
3. BERAHA LAMBAK ANDA MENYAHABKAN MARIYAD DUDUK ATAU BARIK POKOK SETIAP HARI?		TIDAK LARUS SEDIKAT
0 LAM		
3	MEMAKAN MARIYAD	MEMPUNYAI KESIHATAN
1. NYATAKAN SEKURANG-SEKURANG MARIYAD YANG ANDA AMALKAN DALAM SATU HARI ANDA.		
MARIYAD BERHUBUNGAN *		<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 1/2 <input checked="" type="radio"/> 1/4 <input type="radio"/> 0
MARIYAD BERHUBUNGAN * (MARIYAD BERHUBUNGAN)		<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 1/2 <input checked="" type="radio"/> 1/4 <input type="radio"/> 0
MARIYAD BERHUBUNGAN * (MARIYAD BERHUBUNGAN)		<input type="radio"/> 1 <input checked="" type="radio"/> 1/2 <input type="radio"/> 1/4 <input type="radio"/> 0
2. BERAHA KALAU GELAS AIR KOSONG YANG ANDA AMBIL DALAM SEHARI (1 GELAS = 250ML)		MENEMPTI SASARAN
0 GELAS		
3. Apakah anda mengalami halangan saya-maya dan kesulitan dalam hidup hari?		MENEMPTI SASARAN
TIDAK		
4	KEHAWAN MENTAL DAN KEHAWAN SOSIAL	TIDAK BERSESUK
1. DALAM SEJULAH YANG LEPAS, ADAKAH ANDA TERGANGGU OLEH MASALAH MERASA BERTINGGAH ATAU TIDAK HARAPAN?		TIDAK BERSESUK
TIDAK		
2. DALAM SEJULAH YANG LEPAS, ADAKAH ANDA TERGANGGU OLEH MASALAH KURANG MINAT ATAU KESIBUKAN DALAM MELAKUKAN KERJA-KERJA?		TIDAK BERSESUK
TIDAK		
KAWAN MARIYAD BERHUBUNGAN (KAWAN)		
1. DALAM TEMPUH 2 MINGGU YANG LEPAS, BERAHA KALAU ANDA TERGANGGU OLEH MASALAH BERIKUT		
BERASA PESAH, CELUHAH ATAU TEGANG *		<input type="radio"/> 0 <input checked="" type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3
TIDAK BANYAK BERHUBUNGAN ATAU BERKAWAN (KAWAN BERKAWAN)		<input type="radio"/> 0 <input checked="" type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3
5	PENGGUNAAN TEMBAKAU	KEHAWAN Sederhana
6	PERSEKITARAN BERSIH	MENEMPTI SASARAN
7	PENILAIAN KESEDIAAN KLIEN	BERSEDIA

LAPORAN PENILAIAN - PRESKRIPSI TINGKAH LAKU DAN ANALISA

< SEBELUMNYA SIMPAN

21. Pada bahagian **LAPORAN PENILAIAN – PRESKRIPSI TINGKAH LAKU DAN ANALISA**, sila masukkan laporan sekiranya perlu dan klik butang [**SIMPAN**].

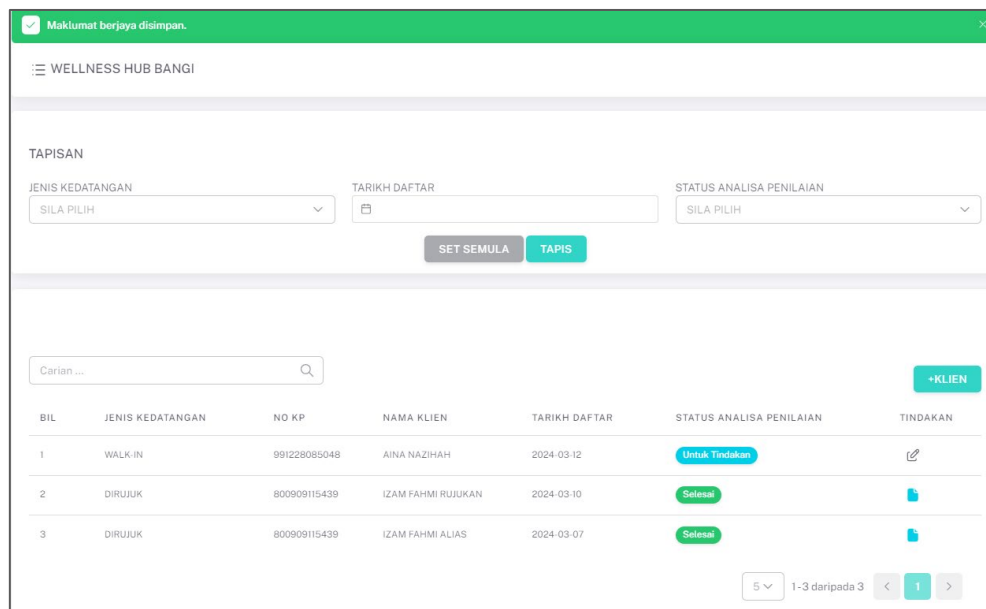


22. Sistem memaparkan notifikasi tettingkap.



23. Klik butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup semula notifikasi tettingkap berkenaan.

24. Sistem memaparkan notifikasi berjaya serta menyatakan **“Maklumat berjaya disimpan”**.



Nota: Status bagi senarai klien yang telah dibuat analisa akan bertukar menjadi **“Selesai”**.



3.1.3 PROSES MENENTUKAN PAKEJ BAGI KLIEN YANG BERDAFTAR

1. Pada skrin **SENARAI KLIEN**, klik pada ikon **Papar** pada senarai yang berstatus 'Selesai'.

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	991228085048	AINA NAZIHAH	2024-03-12	Untuk Tindakan	
2	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI RUJUKAN	2024-03-10	Selesai	
3	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI ALIAS	2024-03-07	Selesai	

2. Sistem memaparkan skrin **PENILAIAN TINGKAH LAKU**.

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER RUJUKAN *

NO KAD PENGENALAN *

NAMA PENUH *

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB *

3. Klik pada tab 'PAKEJ DIRUJUK'.

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER RUJUKAN *

NO KAD PENGENALAN *

NAMA PENUH *

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB *



4. Sistem memaparkan skrin **PAKEJ DIRUJUK**.

5. Klik pada *dropdown* **PAKEJ** untuk memilih pakej yang bersesuaian pada klien.

6. Sekiranya **PAKEJ** yang dipilih merupakan pakej **iFitEr**, sistem akan memaparkan medan '**SIRI IFITER**'.

7. Klik pada dropdown SIRI IFITER untuk memilih sesi dan klik butang [**SIMPAN**].

8. Sistem memaparkan notifikasi tettingkap.



9. Klik butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup semula notifikasi tettingkap berkenaan.
10. Sistem memaparkan notifikasi berjaya serta menyatakan "**Maklumat berjaya disimpan**".



Maklumat berjaya disimpan.

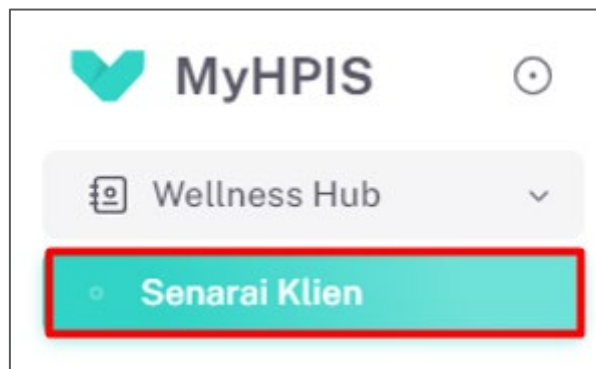


3.2 PKBM

Menu ini digunakan oleh Penyelaras Wellness Hub untuk merekodkan maklumat bagi klien dibawah pakej PKBM yang telah hadir ke Wellness Hub.

3.2.1 PROSES MENGISI BORANG PRA UJI

1. Klik pada **Senarai Klien** pada menu **Wellness Hub**.



2. Sistem akan memaparkan skrin **SENARAI KLIEN**.

TAPISAN

JENIS KEDATANGAN: SILA PILIH
TARIKH DAFTAR:
STATUS ANALISA PENILAIAN: SILA PILIH

SET SEMULA TAPIS

Carian ...

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	DIRUJUK	991228085048	AINA NAZIHAIH	2024-03-07	Untuk Tindakan	
2	WALK-IN	800909115439	IZAM FAHMI ALIAS89	2024-03-06	Selesai	
3	DIRUJUK	000000000023	AINA NADIAH	2024-03-05	Untuk Tindakan	
4	WALK-IN	070222010846	NURIN DANIA	2024-03-01	Untuk Tindakan	
5	WALK-IN	000000000004	AMIRAH	2024-03-05	Untuk Tindakan	

5 1-5 daripada 12 < 1 2 3 >



3. Klik pada butang **PAPAR** pada senarai klien yang berstatus **'SELESAI'**.

TAPISAN

JENIS KEDATANGAN: SILA PILIH
TARIKH DAFTAR:
STATUS ANALISA PENILAIAN: SILA PILIH

SET SEMULA TAPIS

Carian ...

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	DIRUJUK	991228085048	AINA NAZIHAH	2024-03-07	Untuk Tindakan	
2	WALK-IN	800909115439	IZAM FAHMI ALIASB9	2024-03-06	Selesai	
3	DIRUJUK	000000000023	AINA NADIAH	2024-03-05	Untuk Tindakan	
4	WALK-IN	070222010846	NURIN DANIA	2024-03-01	Untuk Tindakan	
5	WALK-IN	000000000004	AMIRAH	2024-03-05	Untuk Tindakan	

5 1-5 daripada 12 < 1 2 3 >

4. Sistem akan memaparkan skrin **MAKLUM BALAS KLIEN**.

1 PENILAJAN TINGKAH LAKU

PAKEJ DIRUJUK

PRA UJI

PKBM

POST UJI

1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKI >

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER MAKLUMAT * PILIH SUMBER MAKLUMAT: MEDIA SOSIAL

NO KAD PENGENALAN * 991228085048

NAMA PENUH * AYESHA

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * 13/3/2024

5. Klik pada tab **'PRA UJI'** untuk mengisi borang pra uji.

1 PENILAJAN TINGKAH LAKU

PAKEJ DIRUJUK

PRA UJI

PKBM

POST UJI

1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIKI >

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER MAKLUMAT * PILIH SUMBER MAKLUMAT: MEDIA SOSIAL

NO KAD PENGENALAN * 991228085048

NAMA PENUH * AYESHA

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * 13/3/2024



6. Sistem memaparkan skrin **PRA UJI** yang perlu diisi.

7. Sila isikan maklumat seperti berikut:

- TARIKH SARINGAN
- KOMPOSISI BADAN
- UJIAN KECERGASAN
- SARINGAN KESIHATAN

****Nota:** Medan yang bertanda (*) adalah wajib diisi. **

8. Setelah mengisi maklumat-maklumat berikut, klik pada butang **[SIMPAN]**.

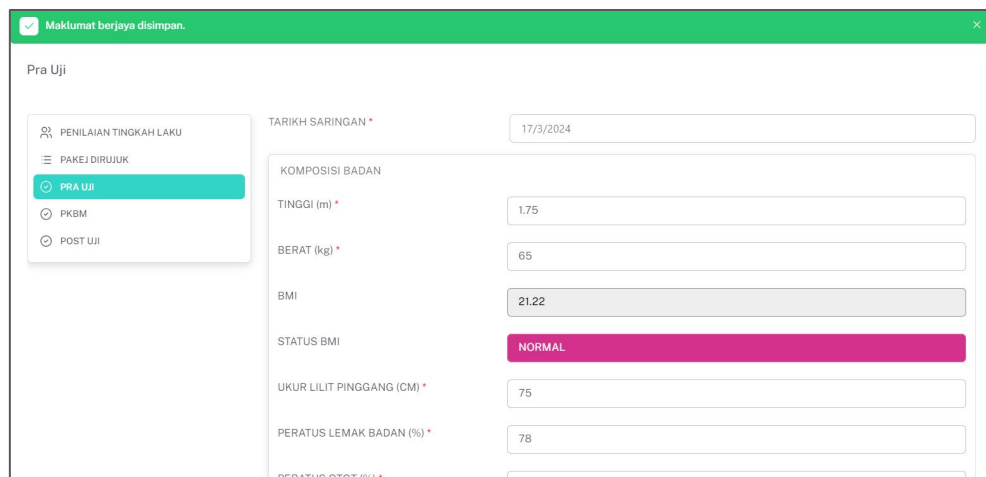


9. Sistem memaparkan notifikasi tettingkap.



10. Klik butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup semula notifikasi tettingkap berkenaan.

11. Sistem memaparkan notifikasi berjaya serta menyatakan **“Maklumat berjaya disimpan”**.





3.2.2 PROSES MENGISI BORANG PKBM (SEKIRANYA PAKEJ YANG DIILIH ADALAH PKBM)

1. Klik pada tab 'PKBM' untuk mengisi borang pra uji.

The screenshot shows the MyHPIS interface with the 'PKBM' tab selected in the left sidebar. The main form area displays fields for 'LATAR BELAKANG KLIEN', 'DEMOGRAFI', 'STATUS KESIHATAN', and 'AKTIVITI FIZII'. The 'PKBM' tab is highlighted in red in the sidebar. The main form has a red 'KEMBALI KE SENARAI' button and a green 'SETERUSNYA' button.

2. Sistem memaparkan skrin PKBM yang perlu diisi.

The screenshot shows the PKBM form in the MyHPIS interface. The form is titled 'PKBM' and contains sections for 'MAKLUMAT KLIEN', 'KATEGORI RISIKO PENYAKIT', 'JENIS KETAGIHAN', 'FAGERSTROM TEST', and 'LAIN-LAIN'. The 'PKBM' tab is highlighted in the left sidebar. The form has a red 'KEMBALI KE SENARAI' button and three buttons: 'SET SEMULA', 'SIMPAN DRAF', and 'SIMPAN'.

3. Sila isikan maklumat seperti berikut:

- a) KATEGORI RISIKO PENYAKIT
- b) JENIS KETAGIHAN
- c) FAGERSTROM TEST

****Nota: Medan yang bertanda (*) adalah wajib diisi.****



4. Sekiranya **JENIS KETAGIHAN** yang dipilih adalah '**ROKOK**', sistem akan memaparkan medan seperti berikut:

PENGURANGAN BATANG ROKOK			
TARIKH PERTAMA MULA PENGURANGAN ROKOK *		<input type="text"/>	
SILA REKOD PENGURANGAN BATANG ROKOK MENGIKUT SESI			
SESI 1	<input type="text"/>	SESI 5	<input type="text"/>
SESI 2	<input type="text"/>	SESI 6	<input type="text"/>
SESI 3	<input type="text"/>	SESI 7	<input type="text"/>
SESI 4	<input type="text"/>	SESI 8	<input type="text"/>

5. Sekiranya **JENIS KETAGIHAN** yang dipilih adalah '**ROKOK ELEKTRONIK / VAPE**', sistem akan memaparkan medan seperti berikut:

PENGURANGAN SEDUTAN VAPE			
TARIKH PERTAMA MULA PENGURANGAN SEDUTAN VAPE *		<input type="text"/>	
SILA REKOD PENGURANGAN SEDUTAN VAPE MENGIKUT MINGGU			
MINGGU 1	<input type="text"/>	MINGGU 5	<input type="text"/>
MINGGU 2	<input type="text"/>	MINGGU 6	<input type="text"/>
MINGGU 3	<input type="text"/>	MINGGU 7	<input type="text"/>
MINGGU 4	<input type="text"/>	MINGGU 8	<input type="text"/>

6. Sekiranya **JENIS KETAGIHAN** yang dipilih adalah '**KOMBINASI ROKOK DAN VAPE**', sistem akan memaparkan medan seperti berikut:



PENGURANGAN BATANG ROKOK

TARIKH PERTAMA MULA PENGURANGAN ROKOK *

SILA REKOD PENGURANGAN BATANG ROKOK MENGIKUT MINGGU

MINGGU 1	<input type="text"/>	MINGGU 5	<input type="text"/>
MINGGU 2	<input type="text"/>	MINGGU 6	<input type="text"/>
MINGGU 3	<input type="text"/>	MINGGU 7	<input type="text"/>
MINGGU 4	<input type="text"/>	MINGGU 8	<input type="text"/>

PENGURANGAN SEDUTAN VAPE

TARIKH PERTAMA MULA PENGURANGAN SEDUTAN VAPE *

SILA REKOD PENGURANGAN SEDUTAN VAPE MENGIKUT MINGGU

MINGGU 1	<input type="text"/>	MINGGU 5	<input type="text"/>
MINGGU 2	<input type="text"/>	MINGGU 6	<input type="text"/>
MINGGU 3	<input type="text"/>	MINGGU 7	<input type="text"/>
MINGGU 4	<input type="text"/>	MINGGU 8	<input type="text"/>

7. Pada bahagian '**LAIN-LAIN**', sila isikan maklumat seperti berikut:

- JENIS INTERVENSI / RAWATAN
- STATUS KLIEN

8. Sekiranya **STATUS KLIEN** yang dipilih adalah '**SETUJU SET QUIT DATE**', sistem akan memaparkan medan **QUIT DATE** serta **TARIKH TAMAT SESI**.

LAIN-LAIN

JENIS INTERVENSI/RAWATAN *

STATUS KLIEN *

SETUJU SET QUIT DATE

TIDAK INGIN MENERUSKAN SESI

MIA - TIDAK DAPAT DIHUBUNGI

GAGAL KURANGKAN ROKOK SEHINGGA MINGGU KE-8

QUIT DATE *

TARIKH TAMAT SESI



9. Klik pada butang **[SIMPAN]** setelah mengisi maklumat-maklumat berkenaan atau klik pada butang **[SIMPAN DRAF]** sekiranya masih belum habis diisi.

LAIN-LAIN

JENIS INTERVENSI/RAWATAN *
BM (Behaviour Modification)

STATUS KLIEN *
 SETUJU SET QUIT DATE
 TIDAK INGIN MENERUSKAN SESI
 MIA - TIDAK DAPAT DIHUBUNGI
 GAGAL KURANGKAN ROKOK SEHINGGA MINGGU KE-8

QUIT DATE *
[Text Input Field]

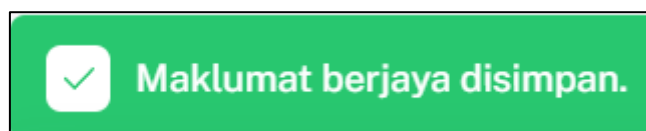
TARIKH TAMAT SESI
[Text Input Field]

SET SEMULA SIMPAN DRAF SIMPAN

10. Sistem memaparkan notifikasi tettingkap.



11. Klik butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup pop up tanpa menyimpan.
12. Sistem memaparkan notifikasi berjaya serta menyatakan **“Maklumat berjaya disimpan”**.





3.2.3 PROSES MENAMBAH MAKLUMAT SESI KEHADIRAN SEKIRANYA KLIEN SETUJU SET QUIT DATE

1. Pada tab **PKBM**, klik pada butang **[+SESI]** pada bahagian KEHADIRAN KE PKBM untuk menambah maklumat sesi bagi klien berkenaan.

LAIN-LAIN

JENIS INTERVENSI/RAWATAN * BM (Behaviour Modification)

STATUS KLIEN *
 SETUJU SET QUIT DATE
 TIDAK INGIN MENERUSKAN SESI
 MIA - TIDAK DAPAT DIHUBUNGI
 GAGAL KURANGKAN ROKOK SEHINGGA MINGGU KE-8

QUIT DATE * 31/10/2024

TARIKH TAMAT SESI 30/4/2025

KEHADIRAN KE PKBM +SESI

BIL	TARIKH SESI	BACAAN FERGASTROM / SMORKERLYZER	STATUS BERHENTI ROKOK
TIADA DATA			

2. Sistem memaparkan skrin **TAMBAH SESI KEHADIRAN PKBM** yang perlu diisi.

☰ TAMBAH SESI KEHADIRAN KLIEN

TARIKH SESI * dd/mm/yyyy

BACAAN FERGASTROM / SMORKERLYZER

STATUS BERHENTI ROKOK *
 BERJAYA GAGAL DALAM PROSES

CATATAN
MASUKKAN CATATAN

TANDA JIKA SESI TERAKHIR KLIEN

TUTUP SIMPAN



3. Masukkan TARIKH SESI.
4. Masukkan BACAAN FERGASTROM / SMORKERLYZER.
5. Pilih STATUS BERHENTI MEROKOK pada butang radio berkenaan.
6. Masukkan CATATAN.

Nota: Klik pada kotak pilihan 'TANDA JIKA SESI TERAKHIR KLIEN' sekiranya sesi tersebut merupakan sesi terakhir bagi klien tersebut.

Nota: Medan yang bertanda (*) adalah wajib diisi.

☰ TAMBAH SESI KEHADIRAN KLIEN

TARIKH SESI *

BACAAN FERGASTROM / SMORKERLYZER

STATUS BERHENTI ROKOK * BERJAYA GAGAL DALAM PROSES

CATATAN

TANDA JIKA SESI TERAKHIR KLIEN



7. Klik butang **[SIMPAN]** untuk menyimoan maklumat atau klik butang **[TUTUP]** untuk menutup pop up tanpa menyimpan.

☰ TAMBAH SESI KEHADIRAN KLIEN

TARIKH SESI *

BACAAN FERGASTROM / SMORKERLYZER

STATUS BERHENTI ROKOK * BERJAYA GAGAL DALAM PROSES

CATATAN

TANDA JIKA SESI TERAKHIR KLIEN

8. Sistem memaparkan notifikasi tettingkap.

PENGESAHAN

Adakah anda pasti untuk menyimpan maklumat?

9. Klik butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup pop up tanpa menyimpan.

10.



11. Sistem memaparkan notifikasi berjaya serta menyatakan “**Maklumat berjaya disimpan**”.

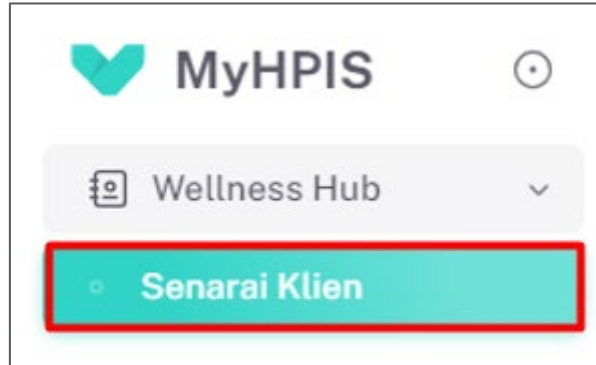
Maklumat berjaya disimpan.

Nota: Sekiranya sesi berkenaan merupakan sesi terakhir bagi klien, sistem akan menyahaktifkan butang **[+SESI]**.



3.2.4 PROSES MENGISI BORANG POST UJI

1. Klik pada **Senarai Klien** pada menu **Wellness Hub**.



2. Sistem akan memaparkan skrin **SENARAI KLIEN**.

TAPISAN

JENIS KEDATANGAN: TARIKH DAFTAR: STATUS ANALISA PENILAIAN:

Carian ...

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	DIRUJUK	991228085048	AINA NAZIHAH	2024-03-07	<input type="button" value="Untuk Tindakan"/>	<input type="button" value=""/>
2	WALK-IN	800909115439	IZAM FAHMI ALIAS89	2024-03-05	<input type="button" value="Selesai"/>	<input type="button" value=""/>
3	DIRUJUK	000000000023	AINA NADIAH	2024-03-05	<input type="button" value="Untuk Tindakan"/>	<input type="button" value=""/>
4	WALK-IN	070222010846	NURIN DANIA	2024-03-01	<input type="button" value="Untuk Tindakan"/>	<input type="button" value=""/>
5	WALK-IN	000000000004	AMIRAH	2024-03-05	<input type="button" value="Untuk Tindakan"/>	<input type="button" value=""/>

5 1-5 daripada 12



3. Klik pada butang **PAPAR** pada senarai klien yang berstatus **'SELESAI'**.

TAPISAN

JENIS KEDATANGAN: SILA PILIH
TARIKH DAFTAR:
STATUS ANALISA PENILAIAN: SILA PILIH

SET SEMULA TAPIS

Carian ...

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	DIRUJUK	991228085048	AINA NAZIHAH	2024-03-07	Untuk Tindakan	
2	WALK-IN	800909115439	IZAM FAHMI ALIASB9	2024-03-06	Selesai	
3	DIRUJUK	000000000023	AINA NADIAH	2024-03-05	Untuk Tindakan	
4	WALK-IN	070222010846	NURIN DANIA	2024-03-01	Untuk Tindakan	
5	WALK-IN	000000000004	AMIRAH	2024-03-05	Untuk Tindakan	

5 1-5 daripada 12 < 1 2 3 >

4. Sistem akan memaparkan skrin **MAKLUM BALAS KLIEN**.

1 PENILAIAN TINGKAH LAKU

PAKEJ DIRUJUK

PRA UJI

PKBM

POST UJI

1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZII >

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER MAKLUMAT * PILIH SUMBER MAKLUMAT: MEDIA SOSIAL

NO KAD PENGENALAN * 991228085048

NAMA PENUH * AYESHA

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * 13/3/2024

[← KEMBALI KE SENARAI](#) [SETERUSNYA →](#)

5. Klik pada tab **'POST UJI'** untuk mengisi borang post uji.

1 PENILAIAN TINGKAH LAKU

PAKEJ DIRUJUK

PRA UJI

PKBM

POST UJI

1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZII >

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER MAKLUMAT * PILIH SUMBER MAKLUMAT: MEDIA SOSIAL

NO KAD PENGENALAN * 991228085048

NAMA PENUH * AYESHA

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * 13/3/2024

[← KEMBALI KE SENARAI](#) [SETERUSNYA →](#)



6. Sistem memaparkan skrin **POST UJI** yang perlu diisi.

Nota: POST UJI hanya boleh diisi setelah PKBM sudah selesai diisi dan tamat sesi.

7. Masukkan TARIKH SARINGAN.

8. Masukkan maklumat KOMPOSISI BADAN.

9. Masukkan maklumat UJIAN KECERGASAN.

10. Masukkan maklumat SARINGAN KESIHATAN.

Nota: Medan yang bertanda (*) adalah wajib diisi.

11. Setelah mengisi maklumat-maklumat berikut, klik pada butang **[SIMPAN]**.

12. Sistem memaparkan notifikasi tettingkap.





13. Klik butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup pop up tanpa menyimpan.
14. Sistem memaparkan notifikasi berjaya serta menyatakan “**Maklumat berjaya disimpan**”.

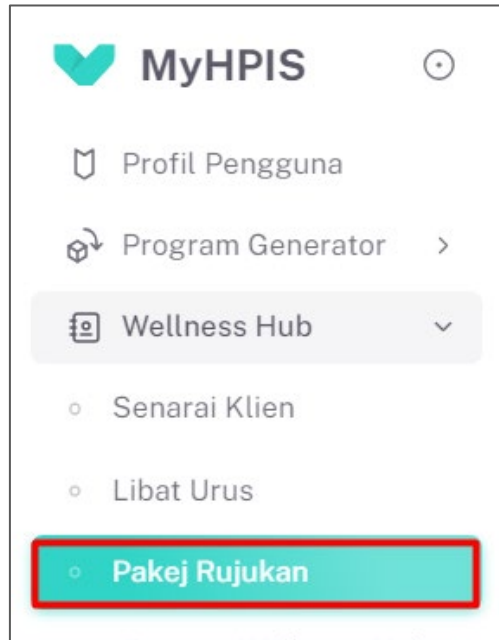
Maklumat berjaya disimpan.





3.2.5 PAPARAN SEMULA PAKEJ RUJUKAN (PKBM)

1. Klik pada **Pakej Rujukan** pada menu **Wellness Hub**.



2. Sistem akan memaparkan skrin **SENARAI PAKEJ RUJUKAN**.

WELLNESS HUB: WELLNESS HUB HULU LANGAT

Carian ...

BIL	PAKEJ RUJUKAN	TINDAKAN
1	WELLNESS STUDIO / GIMNASIUM	
2	KEKAL AKTIF	
3	MY GREEN HANDS	
4	SENI KREATIF	
5	SOKONGAN KESEJAHTERAAN	

5 1-5 daripada 11 < 1 2 3 >

3. Klik pada ikon **PAPAR** pada senarai pakej yang bertajuk '**PERKHIDMATAN KLINIK BERHENTI MEROKOK (PKBM)**'.

8	RUNDING CARA HIDUP SIHAT	
9	PENGURUSAN BERAT BADAN: IFitEr (I Fit and Eat Right)	
10	PERKHIDMATAN KLINIK BERHENTI MEROKOK (PKBM)	
11	LAIN-LAIN	
12	PROGRAM PERGIAN	



4. Sistem akan memaparkan skrin **SENARAI KLIEN PKBM**.

SENARAI KLIEN - PERKHIDMATAN KLINIK BERHENTI MEROKOK (PKBM)
WELLNESS HUB: WELLNESS HUB HULU LANGAT

Carian ...

BIL	TARIKH DAFTAR	NO. KP	NAMA KLIEN	TINDAKAN
1	2024-03-21	990812105047	SYUKRI YAHYA	
2	2024-03-20	991213105043	MUHAMAD ZIYYAD ZAIDAN	

5 1-2 daripada 2 < 1 >

KEMBALI KE SENARAI

5. Klik pada ikon **PAPAR** untuk memaparkan maklumat klien secara terperinci.

SENARAI KLIEN - PERKHIDMATAN KLINIK BERHENTI MEROKOK (PKBM)
WELLNESS HUB: WELLNESS HUB HULU LANGAT

Carian ...

BIL	TARIKH DAFTAR	NO. KP	NAMA KLIEN	TINDAKAN
1	2024-03-21	990812105047	SYUKRI YAHYA	
2	2024-03-20	991213105043	MUHAMAD ZIYYAD ZAIDAN	

5 1-2 daripada 2 < 1 >

KEMBALI KE SENARAI

6. Sistem memaparkan skrin **maklumat klien PKBM**.

PKBM

- PENILAIAN TINGRAH LAKU
- PAKEJ DIRUIJK
- PRA UJI
- PKBM**
- POST UJI

MAKLUMAT KLIEN

KATEGORI RISIKO PENYAKIT * HIGH RISK BUKAN HIGH RISK

JENIS KETAGIHAN * ROKOK ROKOK ELEKTRONIK/VAPE KOMBINASI ROKOK DAN VAPE

FAGERSTROM TEST * Rendah (0-3)

PENGURANGAN BATANG ROKOK

TARIKH PERTAMA MULA PENGURANGAN ROKOK * 21/3/2024

SILA REKOD PENGURANGAN BATANG ROKOK MENGIKUT MINGGU

MINGGU 1 20 MINGGU 5



7. Klik butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke senarai klien.
8. Sistem memaparkan semula skrin **SENARAI KLIEN**.

SENARAI KLIEN - PERKHIDMATAN KLINIK BERHENTI MEROKOK (PKBM)
WELLNESS HUB: WELLNESS HUB HULU LANGAT

Carian ...

BIL	TARIKH DAFTAR	NO. KP	NAMA KLIEN	TINDAKAN
1	2024-03-21	990812105047	SYUKRI YAHYA	
2	2024-03-20	991213105043	MUHAMAD ZIYYAD ZAIDAN	

5 ▾ 1-2 daripada 2 < 1 >

KEMBALI KE SENARAI



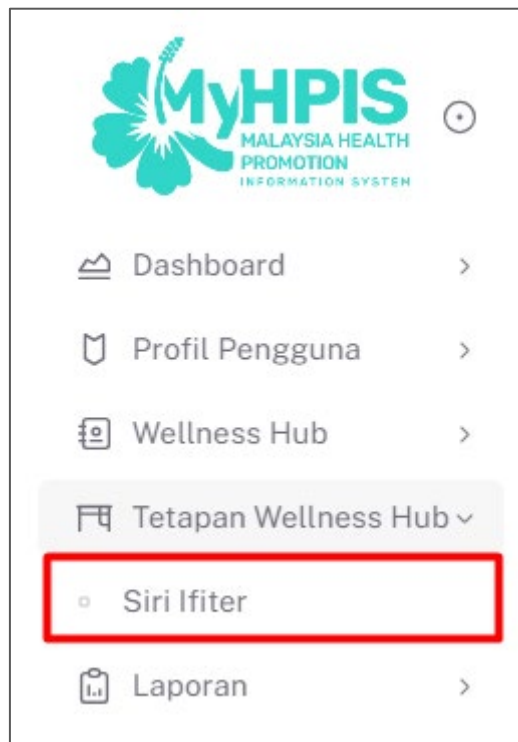
3.3 IFitER

Menu ini digunakan oleh Penyelaras Wellness Hub untuk merekodkan maklumat bagi klien dibawah pakej PKBM yang telah hadir ke Wellness Hub.

3.3.1 TETAPAN IFITER

3.3.1.1 PROSES MENAMBAH SIRI IFITER

1. Klik pada **SIRI IFITER** pada menu **Tetapan Wellness Hub**.



2. Sistem akan memaparkan skrin **TETAPAN SIRI IFITER**.

WELLNESS HUB: WELLNESS HUB TERENGGANU

Carian ... TAMBAH

BIL	TAHUN	BIL SESI IFITER	TINDAKAN
1	2024	2	
2	2024	3	

5 1-2 daripada 2



3. Klik pada butang **[TAMBAH]** untuk menambah siri IFITER.

WELLNESS HUB: WELLNESS HUB TERENGGANU

Carian ...

BIL	TAHUN	BIL SESI IFITER	TINDAKAN
1	2024	2	
2	2024	3	

5 1-2 daripada 2

4. Sistem akan memaparkan skrin **TAMBAH TETAPAN SIRI IFITER**.

≡ TAMBAH TETAPAN SIRI IFITER

WELLNESS HUB WELLNESS HUB TERENGGANU

TAHUN *

BILANGAN SIRI PER TAHUN *

SIRI 1

BILANGAN AHLI *

TARIKH MULA *

TEMPOH INTERVENSI *

TARIKH TAMAT *

5. Sila masukkan maklumat **TAHUN**.

6. Sila masukkan **BILANGAN SESI PER TAHUN**.

7. Sistem akan memaparkan skrin **TAMBAH TETAPAN SIRI IFITER** yang telah diisi.

≡ TAMBAH TETAPAN SIRI IFITER

WELLNESS HUB WELLNESS HUB TERENGGANU

TAHUN *

BILANGAN SIRI PER TAHUN *

SIRI 1

BILANGAN AHLI *

TARIKH MULA *

TEMPOH INTERVENSI *

TARIKH TAMAT *



Nota:

- a) Klik pada butang KEMBALI KE SENARAI untuk kembali ke skrin TETAPAN SIRI IFITER.
 - b) Paparan SESI bergantung kepada BILANGAN SESI PER TAHUN.
8. Sila masukkan maklumat BILANGAN AHLI.
 9. Sila masukkan TARIKH MULA.
 10. Sila masukkan TEMPOH INTERVENSI.
 11. Sila masukkan TARIKH TAMAT.

Nota: Medan yang bertanda (*) menunjukkan medan ini wajib diisi.

12. Sistem akan memaparkan skrin **TAMBAH TETAPAN SIRI IFITER** yang telah diisi.

WELLNESS HUB

WELLNESS HUB TERENGGANU

TAHUN * 2024

BILANGAN SIRI PER TAHUN * 1

SIRI 1

BILANGAN AHLI * 1

TARIKH MULA * 1/11/2024

TEMPOH INTERVENSI * 3 BULAN

TARIKH TAMAT * 1/2/2025

KEMBALI KE SENARAI DAFTAR

Nota: Klik pada butang [KEMBALI KE SENARAI] untuk kembali ke skrin TETAPAN SIRI IFITER.



13. Klik pada butang **[DAFTAR]** untuk menyimpan maklumat.

≡ TAMBAH TETAPAN SIRI IFITER

WELLNESS HUB

WELLNESS HUB TERENGGANU

TAHUN * 2024

BILANGAN SIRI PER TAHUN * 1

SIRI 1

BILANGAN AHLI * 1

TARIKH MULA * 1/11/2024

TEMPOH INTERVENSI * 3 BULAN x

TARIKH TAMAT * 1/2/2025

< KEMBALI KE SENARAI

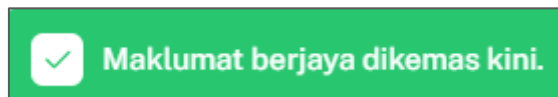
DAFTAR >

14. Sistem akan memaparkan notifikasi tetingkap untuk pengesahan.



15. Klik pada butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tanpa menyimpan.

16. Sistem akan memaparkan skrin TETAPAN SIRI IFITER dengan notifikasi berjaya dikemas kini.





3.3.1.1 PROSES MENGEMASKINI SIRI IFITER

1. Pada skrin Tetapan IFitER, klik pada ikon **KEMAS KINI** pada menu **Tetapan Wellness Hub**.

BIL	TAHUN	BIL SESI IFITER	TINDAKAN
1	2024	1	
2	2024	2	
3	2024	3	

2. Sistem akan memaparkan skrin **KEMAS KINI TETAPAN SIRI IFITER**.

WELLNESS HUB TERENGGANU

TAHUN * 2024

BILANGAN SIRI PER TAHUN * 1

SIRI 1

BILANGAN AHLI * 1

TARIKH MULA * 1/11/2024

TEMPOH INTERVENSI * 3 BULAN x

TARIKH TAMAT * 1/2/2025

[← KEMBALI KE SENARAI](#) [KEMAS KINI →](#)

Nota: Klik pada butang **KEMBALI KE SENARAI** untuk kembali ke senarai **TETAPAN SIRI IFITER**.

3. Klik pada butang **[KEMAS KINI]** selepas mengemaskini maklumat.

WELLNESS HUB TERENGGANU

TAHUN * 2024

BILANGAN SIRI PER TAHUN * 1

SIRI 1

BILANGAN AHLI * 1

TARIKH MULA * 1/11/2024

TEMPOH INTERVENSI * 3 BULAN x

TARIKH TAMAT * 1/2/2025

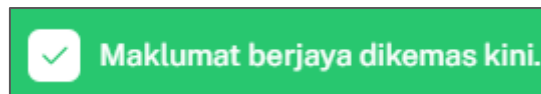
[← KEMBALI KE SENARAI](#) [KEMAS KINI →](#)



4. Sistem akan memaparkan notifikasi tettingkap.



5. Klik butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tanpa menyimpan.
6. Sistem memaparkan notifikasi Berjaya serta menyatakan “Maklumat Berjaya dikemaskini.”





3.3.1.2 PROSES MENGHAPUS SIRI IFITER

1. Pada skrin Tetapan IFitER, klik pada ikon **HAPUS** pada menu **Tetapan Wellness Hub**.

WELLNESS HUB: WELLNESS HUB TERENGGANU

Carian ... TAMBAH

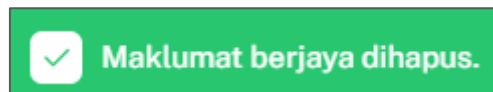
BIL	TAHUN	BIL SESI IFITER	TINDAKAN
1	2024	1	
2	2024	2	
3	2024	3	

5 1-3 daripada 3 1

2. Sistem akan memaparkan notifikasi tettingkap.



3. Klik butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tanpa menyimpan.
4. Sistem memaparkan notifikasi Berjaya serta menyatakan "Maklumat Berjaya dihapus."

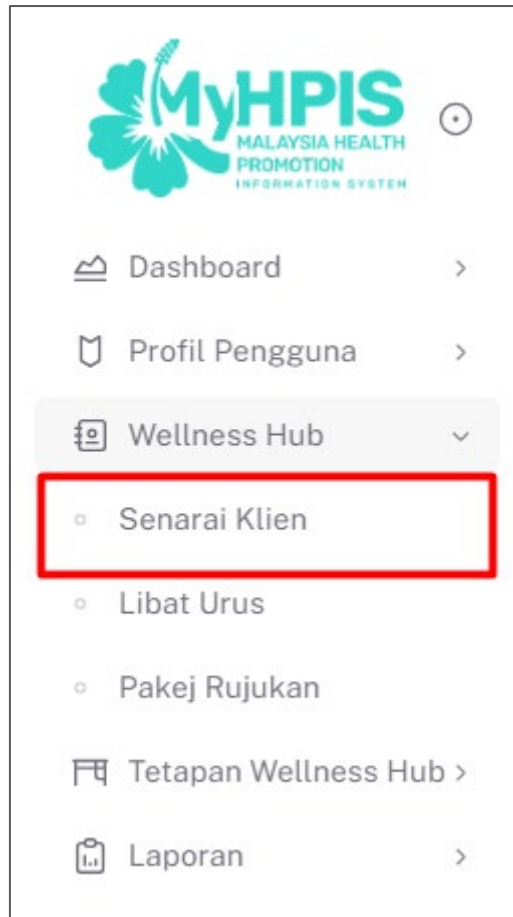




3.3.2 PRA UJI

3.3.2.1 SARINGAN PRA UJI

1. Klik pada **Senarai Klien** pada menu **Wellness Hub**.



2. Sistem memaparkan skrin SENARAI KLIEN.

The screenshot shows the 'Senarai Klien' screen in the MyHPIS application. It features a search bar at the top left, a 'QR Code' button, and a '+KLIEN' button at the top right. Below these is a table with the following columns: BIL, JENIS KEDATANGAN, NO KP, NAMA KLIEN, TARIKH DAFTAR, STATUS ANALISA PENILAIAN, and TINDAKAN. The table contains 5 rows of client data. At the bottom, there is a pagination control showing '1-5 daripada 29' and a dropdown menu set to '5'.

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	950104015023	AIDIL ZAKWAN	2024-10-15	Selesai	
2	WALK-IN	991010035024	ALIA ADHA	2024-05-09	Selesai	
3	DIRUJUK	991010035042	AIDA RAZMAN	2024-05-09	Selesai	
4	WALK-IN	991212065023	MUHAMAD AIMAN	2024-05-09	Selesai	
5	WALK-IN	300616011961	YAZID	2024-05-02	Selesai	



- Pada skrin **SENARAI KLIEN**, klik pada ikon **Papar** pada senarai yang berstatus **'Selesai'**.

WELLNESS HUB BANGI

TAPISAN

JENIS KEDATANGAN: SILA PILIH
TARIKH DAFTAR:
STATUS ANALISA PENILAIAN: SILA PILIH

SET SEMULA TAPIS

Carian...

+KLIEN

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	991228085048	AINA NAZIHAH	2024-03-12	Untuk Tindakan	
2	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI RUJUKAN	2024-03-10	Selesai	
3	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI ALIAS	2024-03-07	Selesai	

1-3 daripada 3

- Sistem memaparkan skrin **PENILAIAN TINGKAH LAKU**.

PENILAIAN TINGKAH LAKU

PAKEJ DIRUJUK

PRA UJI

PASCA UJI 1

PASCA UJI 2

1 LATAR BELAKANG KLIEN 2 DEMOGRAFI 3 STATUS KESIHATAN 4 AKTIVITI FIZII

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER RUJUKAN * PILIH SUMBER MAKLUMAT: KLINIK KESIHATAN

NO KAD PENGENALAN * 991010035042

NAMA PENUH * AIDA RAZMAN

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * 9/5/2024

KEMBALI KE SENARAI SETERUSNYA

- Klik pada tab **PRA UJI**.

PENILAIAN TINGKAH LAKU

PAKEJ DIRUJUK

PRA UJI

PASCA UJI 1

PASCA UJI 2

1 LATAR BELAKANG KLIEN 2 DEMOGRAFI 3 STATUS KESIHATAN 4 AKTIVITI FIZII

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER RUJUKAN * PILIH SUMBER MAKLUMAT: KLINIK KESIHATAN

NO KAD PENGENALAN * 991010035042

NAMA PENUH * AIDA RAZMAN

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * 9/5/2024

KEMBALI KE SENARAI SETERUSNYA



6. Sistem akan memaparkan skrin **PRA UJI**.

Nota:

- Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke skrin SENARAI KLIEN.
- Klik pada butang **[SET SEMULA]** untuk mengosongkan semula medan yang telah diisi.
- Klik pada butang **[KAMUS]** untuk memaparkan informasi tettingkap KAMUS – KEKUATAN OTOT.

- Sila masukkan maklumat TARIKH SARINGAN.
- Sila masukkan maklumat TINGGI.
- Sila masukkan maklumat BERAT.
- Sila masukkan maklumat UKUR LILIT PINGGANG.
- Sila masukkan maklumat PERATUS LEMAK BADAN.
- Sila masukkan maklumat PERATUS OTOT.



13. Sila masukkan maklumat UMUR BADAN.
14. Sila masukkan maklumat RESTING METABOLISME.
15. Sila masukkan maklumat LANGKAH.
16. Sila masukkan maklumat JARAK.
17. Sila masukkan maklumat DAYA TAHAN KARDIO.
18. Sila masukkan maklumat DAYA TAHAN OTOT.
19. Sila masukkan maklumat KEKUATAN OTOT.
20. Sila masukkan maklumat TEKANAN DARAH
21. Sila masukkan maklumat GULA DALAM DARAH.

Nota: Medan yang bertanda (*) menunjukkan medan ini wajib diisi.

22. Sistem akan memaparkan skrin **PRA UJI** yang telah diisi.

Dashboard >> Senarai Klien >> Pra Uji

Pra Uji

- PENILAIAN TINGKAH LAKU
- PAKEJ DIRUJUK
- PRA UJI**
- PASCA UJI 1
- PASCA UJI 2

TARIKH SARINGAN * 1/3/2024

KOMPOSISI BADAN

TINGGI (m) *	1.5
BERAT (kg) *	70
BMI	31.11
STATUS BMI	OBES I
UKUR LILIT PINGGANG (CM) *	91
PERATUS LEMAK BADAN (%) *	38.3
PERATUS OTOT (%) *	25.8
UMUR BADAN	53
RESTING METABOLISME	1289
LANGKAH *	1230
JARAK (KM)	10



Nota:

- a) Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke skrin **SENARAI KLIEN**.
- b) Klik pada butang **[SET SEMULA]** untuk mengosongkan semula medan yang telah diisi.
- c) **STATUS BMI** dan **BMI** dipaparkan mengikut **TETAPAN BMI**.
- d) **TAHAP PENCAPAIAN** dipaparkan mengikut **TETAPAN DAYA TAHAN KARDIO**.

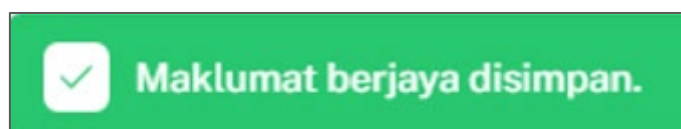
23. Klik pada butang **[SIMPAN]**.

24. Sistem akan memaparkan notifikasi pengesahan.



25. Klik pada butang **[YA]** untuk meneruskan Tindakan atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tanpa menyimpan.

26. Sistem akan memaparkan skrin **PRA UJI** dengan notifikasi berjaya disimpan.

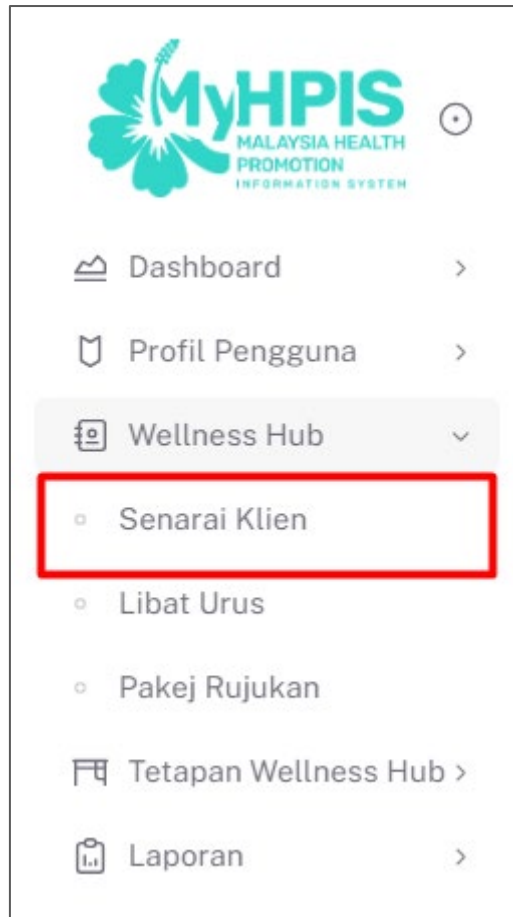




3.3.3 PASCA UJI 1

3.3.3.1 SARINGAN PASCA UJI 1

1. Klik pada **Senarai Klien** pada menu **Wellness Hub**.



2. Sistem memaparkan skrin SENARAI KLIEN.

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	950104015023	AIDIL ZAKWAN	2024-10-15	Selesai	
2	WALK-IN	991010035024	ALIA ADHA	2024-05-09	Selesai	
3	DIRUJUK	991010035042	AIDA RAZMAN	2024-05-09	Selesai	
4	WALK-IN	991212065023	MUHAMAD AIMAN	2024-05-09	Selesai	
5	WALK-IN	300616011961	YAZID	2024-05-02	Selesai	

5 1-5 daripada 29 < 1 2 ... 6 >



- Pada skrin **SENARAI KLIEN**, klik pada ikon **Papar** pada senarai yang berstatus **'Selesai'**.

WELLNESS HUB BANGI

TAPISAN

JENIS KEDATANGAN: SILA PILIH
TARIKH DAFTAR:
STATUS ANALISA PENILAIAN: SILA PILIH

SET SEMULA TAPIS

Carian...

+KLIEN

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	991228085048	AINA NAZIHAH	2024-03-12	Untuk Tindakan	
2	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI RUJUKAN	2024-03-10	Selesai	
3	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI ALIAS	2024-03-07	Selesai	

1-3 daripada 3

- Sistem memaparkan skrin **PENILAIAN TINGKAH LAKU**.

1 PENILAIAN TINGKAH LAKU

PAKEJ DIRUJUK

PRA UJI

PASCA UJI 1

PASCA UJI 2

1 LATAR BELAKANG KLIEN 2 DEMOGRAFI 3 STATUS KESIHATAN 4 AKTIVITI FIZIKI

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER RUJUKAN * PILIH SUMBER MAKLUMAT: KLINIK KESIHATAN

NO KAD PENGENALAN * 991010035042

NAMA PENUH * AIDA RAZMAN

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * 9/5/2024

KEMBALI KE SENARAI SETERUSNYA

- Klik pada tab **PASCA UJI 1**.

1 PENILAIAN TINGKAH LAKU

PAKEJ DIRUJUK

PRA UJI

PASCA UJI 1

PASCA UJI 2

1 LATAR BELAKANG KLIEN 2 DEMOGRAFI 3 STATUS KESIHATAN 4 AKTIVITI FIZIKI

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER RUJUKAN * PILIH SUMBER MAKLUMAT: KLINIK KESIHATAN

NO KAD PENGENALAN * 991010035042

NAMA PENUH * AIDA RAZMAN

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * 9/5/2024

KEMBALI KE SENARAI SETERUSNYA



6. Sistem akan memaparkan skrin **PASCA UJI 1**.

Dashboard >> Senarai Klien >> Pasca Uji1

Pasca Uji1

- PENILAIAN TINGKAH LAKU
- PAKEJ DIRUJUK
- PRA UJI
- PASCA UJI 1**
- PASCA UJI 2

TARIKH SARINGAN *

KOMPOSISI BADAN

TINGGI (m) *

BERAT (kg) *

BMI

STATUS BMI

UKUR LILIT PINGGANG (CM) *

PERATUS LEMAK BADAN (%) *

PERATUS OTOT (%) *

UMUR BADAN

RESTING METABOLISME

LANGKAH *

JARAK (KM)

UJIAN KECERGASAN

1. DAYA TAHAN KARDIO

BERLARI 12 MINIT YMCA

SKOR *

TAHAP PENCAPAIAN

2. DAYA TAHAN OTOT

1 MINIT TEKAN TUBI

SKOR *

TAHAP PENCAPAIAN

3. KEKUATAN OTOT **KAMUS**

MODIFIKASI 5 TAHAP BANGKIT TUBI

TAHAP PENCAPAIAN

SILA PILIH TAHAP PENCAPAIAN

SARINGAN KESIHATAN

1. TEKANAN DARAH

BACAAN *

STATUS

SILA PILIH STATUS

2. GULA DALAM DARAH

BACAAN *

KEMBALI KE SENARAI **SET SEMULA** **SIMPAN**



Nota:

a) Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke skrin **SENARAI KLIEN.**

b) Klik pada butang **[SET SEMULA]** untuk mengosongkan semula medan yang telah diisi.

Klik pada butang **[KAMUS]** untuk memaparkan informasi tettingkap **KAMUS – KEKUATAN OTOT.**

7. Pada bahagian KOMPOSISI BADAN, sila masukkan maklumat **TARIKH SARINGAN.**

8. Sila masukkan maklumat **TINGGI (M).**

9. Sila masukkan maklumat **BERAT (KG).**

10. Sila masukkan maklumat **UKUR LILIT PINGGANG.**

11. Sila masukkan maklumat **PERATUS LEMAK BADAN.**

12. Sila masukkan maklumat **PERATUS OTOT.**

13. Sila masukkan maklumat **UMUR BADAN.**

14. Sila masukkan maklumat **RESTING METABOLISME.**

15. Sila masukkan maklumat **LANGKAH.**

16. Sila masukkan maklumat **JARAK.**

17. Sila masukkan maklumat **DAYA TAHAN KARDIO.** Tahap pencapaian berkenaan akan dipaparkan berdasarkan skor yang telah dimasukkan.

18. Sila masukkan maklumat **DAYA TAHAN OTOT.** Tahap pencapaian berkenaan akan dipaparkan berdasarkan skor yang telah dimasukkan.

19. Sila masukkan maklumat **KEKUATAN OTOT.** Sila pilih tahap pencapaian berkenaan berdasarkan skor yang dimasukkan.



20. Sila masukkan maklumat **TEKANAN DARAH**. Sila pilih tahap pencapaian berkenaan berdasarkan skor yang dimasukkan.

21. Sila masukkan maklumat bacaan **GULA DALAM DARAH**.

Nota: Medan yang bertanda (*) menunjukkan medan ini wajib diisi.

22. Sistem akan memaparkan skrin **PASCA UJI 1** yang telah diisi.

Dashboard >> Senarai Klien >> Pasca Uji 1

Pasca Uji 1

- SEARCH
- PENILAIAN TINGKAH LAKU
- PAKEJ DIRUJUK
- PRA UJI
- PASCA UJI 1**
- PASCA UJI 2

TARIKH SARINGAN * 13/3/2024

KOMPOSISI BADAN

TINGGI (m) *	1.5
BERAT (kg) *	60
BMI	26.67
STATUS BMI	PRA-OBES
UKUR LILIT PINGGANG (CM) *	81
PERATUS LEMAK BADAN (%) *	28.9
PERATUS OTOT (%) *	25.9
UMUR BADAN	34
RESTING METABOLISME	1234
LANGKAH *	4000
JARAK (KM)	5

UJIAN KECERGASAN

1. DAYA TAHAN KARDIO

BERLARI 12 MINIT YMCA

SKOR * 2400

TAHAP PENCAPAIAN **TERBAIK**

2. DAYA TAHAN OTOT

1 MINIT TEKAN TUBI

SKOR * 180

TAHAP PENCAPAIAN -

3. KEKUATAN OTOT **KAMUS**

MODIFIKASI 5 TAHAP BANGKIT TUBI

TAHAP PENCAPAIAN **CEMERLANG**

SARINGAN KESIHATAN

1. TEKANAN DARAH

BACAAN * 120/80

STATUS **NORMAL**



Nota:

- a) Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke skrin **SENARAI KLIEN**.
- b) Klik pada butang **[SET SEMULA]** untuk mengosongkan semula medan yang telah diisi.
- c) **STATUS BMI** dan **BMI** dipaparkan mengikut **TETAPAN BMI**.

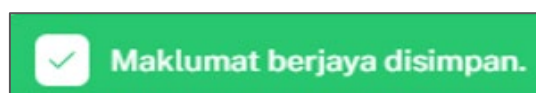
23. Klik pada butang **[SIMPAN]**.

24. Sistem akan memaparkan notifikasi pengesahan.



25. Klik pada butang **[YA]** untuk meneruskan Tindakan atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tettingkap tanpa menyimpan.

26. Sistem akan memaparkan skrin **PASCA UJI 1** dengan notifikasi berjaya disimpan.

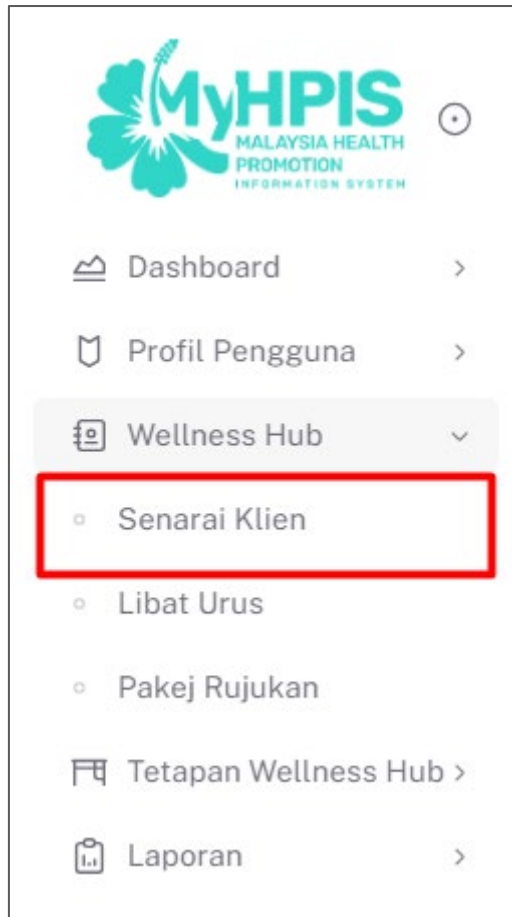




3.3.4 PASCA UJI 2

3.3.4.1 SARINGAN PASCA UJI 2

1. Klik pada **Senarai Klien** pada menu **Wellness Hub**.



2. Sistem memaparkan skrin SENARAI KLIEN.

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	950104015023	AIDIL ZAKWAN	2024-10-15	Selesai	
2	WALK-IN	991010035024	ALIA ADHA	2024-05-09	Selesai	
3	DIRUJUK	991010035042	AIDA RAZMAN	2024-05-09	Selesai	
4	WALK-IN	991212065023	MUHAMAD AIMAN	2024-05-09	Selesai	
5	WALK-IN	300616011961	YAZID	2024-05-02	Selesai	



- Pada skrin **SENARAI KLIEN**, klik pada ikon **Papar** pada senarai yang berstatus **'Selesai'**.

WELLNESS HUB BANGI

TAPISAN

JENIS KEDATANGAN: SILA PILIH
TARIKH DAFTAR: [Calendar icon]
STATUS ANALISA PENILAIAN: SILA PILIH

SET SEMULA TAPIS

Carian... [Search icon]

+KLIEN

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	991228085048	AINA NAZIHAH	2024-03-12	Untuk Tindakan	[Icon]
2	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI RUJUKAN	2024-03-10	Selesai	[Papar icon]
3	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI ALIAS	2024-03-07	Selesai	[Icon]

1-3 daripada 3

- Sistem memaparkan skrin **PENILAIAN TINGKAH LAKU**.

PENILAIAN TINGKAH LAKU

PAKEJ DIRUJUK

PRA UJI

PASCA UJI 1

PASCA UJI 2

1 LATAR BELAKANG KLIEN 2 DEMOGRAFI 3 STATUS KESIHATAN 4 AKTIVITI FIZIKI

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER RUJUKAN * PILIH SUMBER MAKLUMAT: KLINIK KESIHATAN

NO KAD PENGENALAN * 991010035042

NAMA PENUH * AIDA RAZMAN

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * 9/5/2024

KEMBALI KE SENARAI SETERUSNYA

- Klik pada tab **PASCA UJI 2**.

PENILAIAN TINGKAH LAKU

PAKEJ DIRUJUK

PRA UJI

PASCA UJI 1

PASCA UJI 2

1 LATAR BELAKANG KLIEN 2 DEMOGRAFI 3 STATUS KESIHATAN 4 AKTIVITI FIZIKI

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER RUJUKAN * PILIH SUMBER MAKLUMAT: KLINIK KESIHATAN

NO KAD PENGENALAN * 991010035042

NAMA PENUH * AIDA RAZMAN

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * 9/5/2024

KEMBALI KE SENARAI SETERUSNYA



6. Sistem akan memaparkan skrin **PASCA UJI 1**.

Dashboard >> Senarai Klien >> Pasca Uji1

Pasca Uji1

- PENILAIAN TINGKAH LAKU
- PAKEJ DIRUJUK
- PRA UJI
- PASCA UJI 1**
- PASCA UJI 2

TARIKH SARINGAN *

KOMPOSISI BADAN

TINGGI (m) *

BERAT (kg) *

BMI

STATUS BMI

UKUR LILIT PINGGANG (CM) *

PERATUS LEMAK BADAN (%) *

PERATUS OTOT (%) *

UMUR BADAN

RESTING METABOLISME

LANGKAH *

JARAK (KM)

UJIAN KECERGASAN

1. DAYA TAHAN KARDIO

BERLARI 12 MINIT YMCA

SKOR *

TAHAP PENCAPAIAN

2. DAYA TAHAN OTOT

1 MINIT TEKAN TUBI

SKOR *

TAHAP PENCAPAIAN

3. KEKUATAN OTOT **KAMUS**

MODIFIKASI 5 TAHAP BANGKIT TUBI

TAHAP PENCAPAIAN

SILA PILIH TAHAP PENCAPAIAN

SARINGAN KESIHATAN

1. TEKANAN DARAH

BACAAN *

STATUS

SILA PILIH STATUS

2. GULA DALAM DARAH

BACAAN *

KEMBALI KE SENARAI **SET SEMULA** **SIMPAN**



Nota:

c) Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke skrin **SENARAI KLIEN.**

d) Klik pada butang **[SET SEMULA]** untuk mengosongkan semula medan yang telah diisi.

Klik pada butang **[KAMUS]** untuk memaparkan informasi tettingkap **KAMUS – KEKUATAN OTOT.**

7. Pada bahagian KOMPOSISI BADAN, sila masukkan maklumat TARIKH SARINGAN.

8. Sila masukkan maklumat TINGGI (M).

9. Sila masukkan maklumat BERAT (KG).

10. Sila masukkan maklumat UKUR LILIT PINGGANG.

11. Sila masukkan maklumat PERATUS LEMAK BADAN.

12. Sila masukkan maklumat PERATUS OTOT.

13. Sila masukkan maklumat UMUR BADAN.

14. Sila masukkan maklumat RESTING METABOLISME.

15. Sila masukkan maklumat LANGKAH.

16. Sila masukkan maklumat JARAK.

17. Sila masukkan maklumat DAYA TAHAN KARDIO. Tahap pencapaian berkenaan akan dipaparkan berdasarkan skor yang telah dimasukkan.

18. Sila masukkan maklumat DAYA TAHAN OTOT. Tahap pencapaian berkenaan akan dipaparkan berdasarkan skor yang telah dimasukkan.

19. Sila masukkan maklumat KEKUATAN OTOT. Sila pilih tahap pencapaian berkenaan berdasarkan skor yang dimasukkan.



20. Sila masukkan maklumat **TEKANAN DARAH**. Sila pilih tahap pencapaian berkenaan berdasarkan skor yang dimasukkan.

21. Sila masukkan maklumat bacaan **GULA DALAM DARAH**.

Nota: Medan yang bertanda (*) menunjukkan medan ini wajib diisi.

22. Sistem akan memaparkan skrin **PASCA UJI 1** yang telah diisi.

Dashboard >> Senarai Klien >> Pasca Uji 1

Pasca Uji 1

- SEARCH
- PENILAIAN TINGKAH LAKU
- PAKEJ DIRUJUK
- PRA UJI
- PASCA UJI 1**
- PASCA UJI 2

TARIKH SARINGAN * 13/3/2024

KOMPOSISI BADAN

TINGGI (m) *	1.5
BERAT (kg) *	60
BMI	26.67
STATUS BMI	PRA-OBES
UKUR LILIT PINGGANG (CM) *	81
PERATUS LEMAK BADAN (%) *	28.9
PERATUS OTOT (%) *	25.9
UMUR BADAN	34
RESTING METABOLISME	1234
LANGKAH *	4000
JARAK (KM)	5

UJIAN KECERGASAN

1. DAYA TAHAN KARDIO

BERLARI 12 MINIT YMCA

SKOR * 2400

TAHAP PENCAPAIAN **TERBAIK**

2. DAYA TAHAN OTOT

1 MINIT TEKAN TUBI

SKOR * 180

TAHAP PENCAPAIAN -

3. KEKUATAN OTOT **KAMUS**

MODIFIKASI 5 TAHAP BANGKIT TUBI

TAHAP PENCAPAIAN **CEMERLANG**

SARINGAN KESIHATAN

1. TEKANAN DARAH

BACAAN * 120/80

STATUS **NORMAL**

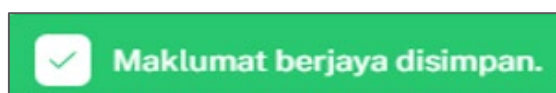


Nota:

- a) Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke skrin **SENARAI KLIEN**.
 - b) Klik pada butang **[SET SEMULA]** untuk mengosongkan semula medan yang telah diisi.
 - c) **STATUS BMI** dan **BMI** dipaparkan mengikut **TETAPAN BMI**.
23. Klik pada butang **[SIMPAN]**.
24. Sistem akan memaparkan notifikasi pengesahan.



25. Klik pada butang **[YA]** untuk meneruskan Tindakan atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tettingkap tanpa menyimpan.
26. Sistem akan memaparkan skrin **PASCA UJI 2** dengan notifikasi berjaya disimpan.

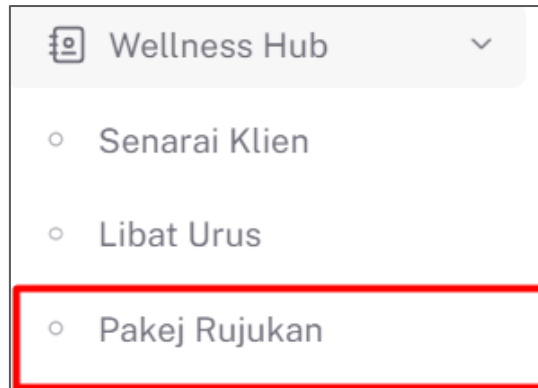




3.3.5 SESI KEHADIRAN IFITER









3.3.5.1 PAPAR SENARAI KLIEN

1. Klik pada **Pakej Rujukan** pada menu **Wellness Hub**.



2. Sistem akan memaparkan skrin **SENARAI PAKEJ**.

The screenshot shows the 'SENARAI PAKEJ' screen. The table lists the following packages:

BIL	PAKEJ RUJUKAN	TINDAKAN
1	PAKEJ RESILIEN	 
2	RUNDING CARA HIDUP SIHAT	 
3	FAKTOR RISIKO KESIHATAN	 
4	PENGURUSAN BERAT BADAN: IFitEr (i Fit and Eat Right)	
5	PERKHIDMATAN KLINIK BERHENTI MEROKOK (PKBM)	

At the bottom right, there is a pagination control showing '5' items, '1-5 daripada 5', and navigation arrows.

3. Pilih pada pakej rujukan IFitER dan klik pada ikon **PAPAR**.

The screenshot shows the 'SENARAI PAKEJ' screen, identical to the previous one. The 'PAPAR' icon (eye icon) for the 'PENGURUSAN BERAT BADAN: IFitEr (i Fit and Eat Right)' package is highlighted with a red rectangular border.



4. Sistem akan memaparkan skrin **SENARAI SESI IFITER.**

Dashboard >> Wellness Hub >> Senarai Sesi

SENARAI SESI - PENGURUSAN BERAT BADAN: IFitEr (I Fit and Eat Right)
WELLNESS HUB: WELLNESS HUB KOTA BHARU

Carian ...

SESI	BILANGAN AHLI	TARIKH MULA	TEMPOH INTERVENSI	TARIKH TAMAT	TINDAKAN
1	20	2023-12-31	6	2024-06-29	
2	15	2024-06-30	6	2024-12-30	

5 1-2 daripada 2 < 1 >

KEMBALI KE SENARAI

Nota: Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke skrin **PAKEJ RUJUKAN.**

5. Klik pada ikon **PAPAR.**

Dashboard >> Wellness Hub >> Senarai Sesi

SENARAI SESI - PENGURUSAN BERAT BADAN: IFitEr (I Fit and Eat Right)
WELLNESS HUB: WELLNESS HUB KOTA BHARU

Carian ...

SESI	BILANGAN AHLI	TARIKH MULA	TEMPOH INTERVENSI	TARIKH TAMAT	TINDAKAN
1	20	2023-12-31	6	2024-06-29	
2	15	2024-06-30	6	2024-12-30	

5 1-2 daripada 2 < 1 >

KEMBALI KE SENARAI



6. Sistem akan memaparkan skrin **SENARAI KLIEN** mengikut sesi IFitER.

Dashboard >> Wellness Hub >> Senarai Klien

TAPISAN

TAHUN TARIKH DAFTAR

SET SEMULA TAPIS

SIRI 1 - SENARAI KLIEN - PENGURUSAN BERAT BADAN: IFitEr (I Fit and Eat Right)
WELLNESS HUB: WELLNESS HUB KOTA BHARU

Carian ...

BIL	TARIKH DAFTAR	NO. KP	NAMA KLIEN	TINDAKAN
1	2024-02-29	971230045282	NURUL AMIRAH	

5 1-1 daripada 1 < 1 >

KEMBALI KE SENARAI

Nota: Klik pada butang **KEMBALI KE SENARAI** untuk kembali ke skrin **SENARAI SESI IFITER.**

7. Klik pada ikon **PAPAR**.

Dashboard >> Wellness Hub >> Senarai Klien

TAPISAN

TAHUN TARIKH DAFTAR

SET SEMULA TAPIS

SIRI 1 - SENARAI KLIEN - PENGURUSAN BERAT BADAN: IFitEr (I Fit and Eat Right)
WELLNESS HUB: WELLNESS HUB KOTA BHARU

Carian ...

BIL	TARIKH DAFTAR	NO. KP	NAMA KLIEN	TINDAKAN
1	2024-02-29	971230045282	NURUL AMIRAH	

5 1-1 daripada 1 < 1 >

KEMBALI KE SENARAI



8. Sistem akan memaparkan skrin **MAKLUMAT KLIEN.**

Dashboard >> Senarai Klien >> Maklum Balas Klien

1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZII >

PENILAIAN TINGKAH LAKU

- PAKEJ DIRUJUK
- PRA UJI
- PASCA UJI 1
- PASCA UJI 2

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER MAKLUMAT * PILIH SUMBER MAKLUMAT
MEDIA SOSIAL

NO KAD PENGENALAN * 971230045282

NAMA PENUH * NURUL AMIRAH

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * 29/2/2024

[← KEMBALI KE SENARAI](#) [SETERUSNYA →](#)

Nota: Klik pada butang [**KEMBALI KE SENARAI**] untuk kembali ke skrin **SENARAI KLIEN.**



3.3.5.2 KEHADIRAN KLIEN

1. Pada skrin **SENARAI KLIEN**, Klik pada ikon **SENARAI**.

SENARAI SESI - PENGURUSAN BERAT BADAN: IFitEr (I Fit and Eat Right)
WELLNESS HUB: WELLNESS HUB KOTA BHARU

Carian ...

SESI	BILANGAN AHLI	TARIKH MULA	TEMPOH INTERVENSI	TARIKH TAMAT	TINDAKAN
1	20	2023-12-31	6	2024-06-29	
2	15	2024-06-30	6	2024-12-30	

5 1-2 daripada 2 < 1 >

2. Sistem akan memaparkan skrin **KEHADIRAN PESERTA** mengikut sesi IFitER yang dipilih.

Dashboard >> Wellness Hub >> Kehadiran Klien

SIRI 1 - KEHADIRAN KLIEN - PENGURUSAN BERAT BADAN: IFitEr (I Fit and Eat Right)
WELLNESS HUB: WELLNESS HUB KOTA BHARU

TARIKH MULA: 2023-12-31
BILANGAN AHLI: 20
TEMPOH INTERVENSI: 6 BULAN
TARIKH TAMAT: 2024-06-29

Carian ...

BIL	MINGGU	TARIKH	STATUS PENANDAAN	TINDAKAN
1	MINGGU 1	2023-12-31 - 2024-01-06	BELUM SELESAI	
2	MINGGU 2	2024-01-07 - 2024-01-13	BELUM SELESAI	
3	MINGGU 3	2024-01-14 - 2024-01-20	BELUM SELESAI	
4	MINGGU 4	2024-01-21 - 2024-01-27	BELUM SELESAI	
5	MINGGU 5	2024-01-28 - 2024-02-03	BELUM SELESAI	

5 1-5 daripada 24 < 1 2 ... 5 >

KEMBALI KE SENARAI

Nota: Kiraan minggu dipaparkan mengikut tempoh **TETAPAN SIRI IFITER**.



3. Klik pada ikon **KEMAS KINI**.

SIRI 1 - KEHADIRAN KLIEN - PENGURUSAN BERAT BADAN: IFitEr (I Fit and Eat Right)
WELLNESS HUB: WELLNESS HUB KOTA BHARU

TARIKH MULA 2023-12-31
BILANGAN AHLI 20
TEMPOH INTERVENSI 6 BULAN
TARIKH TAMAT 2024-06-29

Carian ...

BIL	MINGGU	TARIKH	STATUS PENANDAAN	TINDAKAN
1	MINGGU 1	2023-12-31 - 2024-01-06	BELUM SELESAI	
2	MINGGU 2	2024-01-07 - 2024-01-13	BELUM SELESAI	
3	MINGGU 3	2024-01-14 - 2024-01-20	BELUM SELESAI	
4	MINGGU 4	2024-01-21 - 2024-01-27	BELUM SELESAI	
5	MINGGU 5	2024-01-28 - 2024-02-03	BELUM SELESAI	

5 1-5 daripada 24 < 1 2 ... 5 >

4. Sistem akan memaparkan skrin **SENARAI KLIEN** mengikut minggu sesi IFitER yang dipilih.

Dashboard >> Wellness Hub >> Kehadiran Klien

SESI 1 - MINGGU 1 - PENGURUSAN BERAT BADAN: IFitEr (I Fit and Eat Right)
WELLNESS HUB:WELLNESS HUB KOTA BHARU

TARIKH MULA 2023-12-31
BILANGAN AHLI 20
TEMPOH INTERVENSI 6 BULAN
TARIKH TAMAT 2024-06-29

SESI 1 SESSI 2 SESSI 3 SESSI 4 SESSI 5

TARIKH SESI *

Catatan

<input type="checkbox"/>	BIL	TARIKH DAFTAR	NO. KP	NAMA PESERTA	STATUS KEHADIRAN	TINDAKAN
<input type="checkbox"/>	1	2024-03-07	980824026198	ANIS ANINA		
<input type="checkbox"/>	2	2024-03-13	990226105026	AINA HAZIHAH BINTI MOHD ZAINAL FITHRI		
<input type="checkbox"/>	3	2024-03-13	930205589109	CALLEXTUS SIBAT ANAK SINGIAU		
<input type="checkbox"/>	4	2024-03-13	000909104567	IS		



Nota:

- a) Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke skrin **KEHADIRAN PESERTA** mengikut minggu.
 - b) Lima (5) sesi disediakan bagi setiap minggu.
 - c) Klik pada tab **SESI 2, SESI 3, SESI 4** atau **SESI 5** untuk mengemaskini kehadiran bagi sesi lain.
5. Sila masukkan maklumat **TARIKH SESI**.
 6. Sila masukkan maklumat **CATATAN**.

Nota: Medan yang bertanda (*) menunjukkan medan ini wajib diisi.

7. Sistem akan memaparkan skrin dengan medan yang telah diisi.

The screenshot shows a web interface with a navigation bar at the top containing tabs for 'SESI 1', 'SESI 2', 'SESI 3', 'SESI 4', and 'SESI 5'. Below the navigation bar, there are two main input fields. The first field is labeled 'TARIKH SESI *' and contains the date '4/3/2024'. The second field is labeled 'Catatan' and contains the text '5 AKTIVITI DIJALANKAN'. To the right of the 'Catatan' field is a green button labeled 'SIMPAN'.

8. Klik pada butang **[SIMPAN]**.

This screenshot is identical to the previous one, showing the same form with the date and notes fields filled out. However, the green 'SIMPAN' button is now highlighted with a red rectangular border, indicating it is the focus of the instruction.



9. Sistem akan memaparkan notifikasi tettingkap.



10. Klik pada butang **[YA]** untuk meneruskan tindakan atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tettingkap tanpa menyimpan.

11. Pada skrin yang sama, klik pada ikon **KEMAS KINI** untuk mengemaskini kehadiran.

SESI 1	SESI 2	SESI 3	SESI 4	SESI 5		
TARIKH SESEI *		14/5/2024				
Catatan		MASUKKAN CATATAN		SIMPAN		
<input type="checkbox"/>	BIL	TARIKH DAFTAR	NO. KP	NAMA PESERTA	STATUS KEHADIRAN	TINDAKAN
<input type="checkbox"/>	1	2024-05-09	991010035042	AIDA RAZMAN	HADIR	
		KEMASKINI				

12. Sistem akan memaparkan skrin pop up **KEMAS KINI KEHADIRAN.**

☰ KEMASKINI KEHADIRAN

NO. KAD PENGENALAN 991010035042

NAMA PESERTA AIDA RAZMAN

STATUS KEHADIRAN

TUTUP SIMPAN

Nota: Klik pada butang **[TUTUP]** untuk kembali ke skrin **KEHADIRAN KLIEN.**



13. Klik pada *dropdown* STATUS KEHADIRAN dan pilih HADIR atau TIDAK HADIR dan klik butang **[SIMPAN]**.

☰ KEMASKINI KEHADIRAN

NO. KAD PENGENALAN 991010035042

NAMA PESERTA AIDA RAZMAN

STATUS KEHADIRAN [-]

TUTUP SIMPAN

14. Sistem akan memaparkan notifikasi tettingkap.



15. Klik pada butang **[YA]** untuk meneruskan tindakan atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tettingkap tanpa menyimpan.



16. Sistem akan memaparkan skrin **KEHADIRAN KLIEN** dengan status kehadiran telah dikemaskini.

Dashboard >> Wellness Hub >> Kehadiran Klien

Maklumat berjaya dikemas kini.

SESI 1 - MINGGU 1 - PENGURUSAN BERAT BADAN: IFitEr (I Fit and Eat Right)

WELLNESS HUB:WELLNESS HUB KOTA BHARU

TARIKH MULA 2023-12-31

BILANGAN AHLI 20

TEMPOH INTERVENSI 6 BULAN

TARIKH TAMAT 2024-06-29

SESI 1 SESSI 2 SESSI 3 SESSI 4 SESSI 5

TARIKH SESI * 4/3/2024

Catatan 5 AKTIVITI DIJALANKAN **SIMPAN**

<input type="checkbox"/>	BIL	TARIKH DAFTAR	NO. KP	NAMA PESERTA	STATUS KEHADIRAN	TINDAKAN
<input type="checkbox"/>	1	2024-03-07	980824026198	ANIS ANINA	HADIR	

17. Sekiranya kehadiran ingin dikemaskini secara pukal, klik pada kotak semak pada nama klien berkenaan.

SESSI 1 SESSI 2 SESSI 3 SESSI 4 SESSI 5

TARIKH SESI * 14/5/2024

Catatan MASUKKAN CATATAN **SIMPAN**

<input type="checkbox"/>	BIL	TARIKH DAFTAR	NO. KP	NAMA PESERTA	STATUS KEHADIRAN	TINDAKAN
<input type="checkbox"/>	1	2024-05-09	991010035042	AIDA RAZMAN	HADIR	

KEMASKINI



18. Klik pada *dropdown* STATUS KEHADIRAN dan pilih HADIR atau TIDAK HADIR. Seterusnya, klik butang **[KEMASKINI]**.

The screenshot shows a web interface for session management. At the top, there are tabs for 'SESI 1' through 'SESI 5'. Below the tabs, there is a form for session details. The 'TARIKH SESI' field is set to '14/5/2024'. There is a 'Catatan' section with a text area and a 'SIMPAN' button. Below the form is a table with columns: BIL, TARIKH DAFTAR, NO. KP, NAMA PESERTA, STATUS KEHADIRAN, and TINDAKAN. The table contains one row with the following data: BIL: 1, TARIKH DAFTAR: 2024-05-09, NO. KP: 991010035042, NAMA PESERTA: AIDA RAZMAN, STATUS KEHADIRAN: HADIR. At the bottom of the table, there is a dropdown menu and a 'KEMASKINI' button, both highlighted with red boxes.

19. Sistem akan memaparkan notifikasi pengesahan.



20. Klik butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tettingkap tanpa menyimpan.

21. Sistem akan memaparkan skrin **KEHADIRAN KLIEN** dengan status kehadiran telah dikemaskini.



Nota: Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke skrin KEHADIRAN PESERTA mengikut minggu.



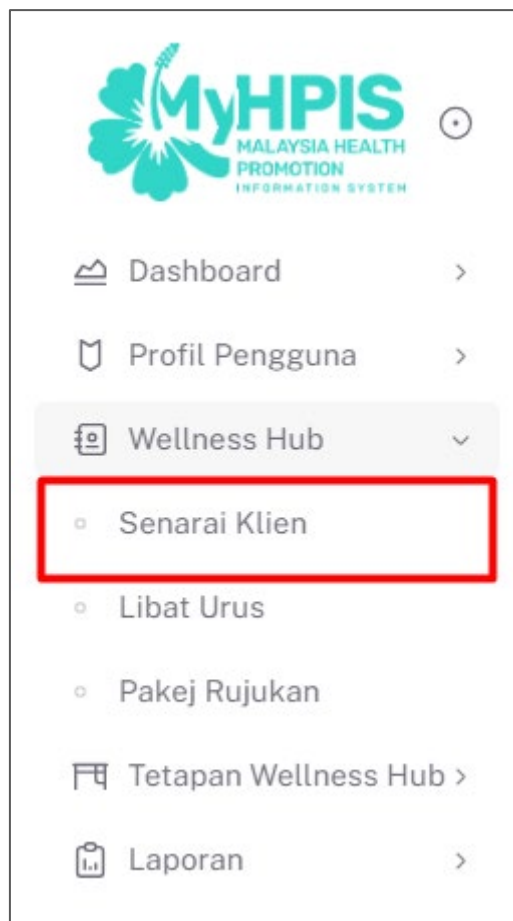
3.4 UMUM

Menu ini digunakan oleh Penyelaras Wellness Hub untuk merekodkan maklumat bagi klien dibawah pakej UMUM yang telah hadir ke Wellness Hub.

3.4.1 PRA UJI

3.4.1.1 PROSES MENGISI BORANG PRA UJI

1. Klik pada **Senarai Klien** pada menu **Wellness Hub**.





2. Sistem memaparkan skrin **SENARAI KLIEN**.

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	950104015023	AIDIL ZAKWAN	2024-10-15	Selesai	
2	WALK-IN	991010035024	ALIA ADHA	2024-05-09	Selesai	
3	DIRUJUK	991010035042	AIDA RAZMAN	2024-05-09	Selesai	
4	WALK-IN	991212065023	MUHAMAD AIMAN	2024-05-09	Selesai	
5	WALK-IN	300616011961	YAZID	2024-05-02	Selesai	

3. Pada skrin **SENARAI KLIEN**, klik pada ikon **[Papar]** pada senarai yang berstatus 'Selesai'.

WELLNESS HUB BANGI

TAPISAN

JENIS KEDATANGAN: SILA PILIH
TARIKH DAFTAR:
STATUS ANALISA PENILAIAN: SILA PILIH

SET SEMULA TAPIS

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	991228085048	AINA NAZIHAH	2024-03-12	Untuk Tindakan	
2	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI RUJUKAN	2024-03-10	Selesai	
3	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI ALIAS	2024-03-07	Selesai	

4. Sistem memaparkan skrin **PENILAIAN TINGKAH LAKU**.

1 PENILAIAN TINGKAH LAKU

PAKEJ DIRUJUK

PRA UJI
PASCA UJI 1
PASCA UJI 2

1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZIK >

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER RUJUKAN * PILIH SUMBER MAKLUMAT:

NO KAD PENGENALAN *

NAMA PENUH *

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB *

[← KEMBALI KE SENARAI](#) [SETERUSNYA →](#)



5. Klik pada tab **PRA UJI** untuk mengisi borang pra uji.

6. Sistem memaparkan skrin **PRA UJI** yang perlu diisi.



RESTING METABOLISME	<input type="text"/>
LANGKAH *	<input type="text"/>
JARAK (KM)	<input type="text"/>
UJIAN KECERGASAN	
1. DAYA TAHAN KARDIO	
<input type="radio"/> BERLARI 12 MINIT <input type="radio"/> YMCA	
SKOR *	<input type="text"/>
TAHAP PENCAPAIAN	<input type="text"/>
2. DAYA TAHAN OTOT KAMUS	
1 MINIT TEKAN TUBI	
SKOR *	<input type="text"/>
TAHAP PENCAPAIAN	<input type="text"/>
3. KEKUATAN OTOT KAMUS	
MODIFIKASI 5 TAHAP BANGKIT TUBI	
TAHAP PENCAPAIAN *	<input type="text" value="SILA PILIH TAHAP PENCAPAIAN"/>
SARINGAN KESIHATAN	
1. TEKANAN DARAH	
BACAAN *	<input type="text"/>
STATUS	<input type="text" value="SILA PILIH STATUS"/>
2. GULA DALAM DARAH	
BACAAN	<input type="text"/>
<input type="button" value="SET SEMULA"/> <input type="button" value="SIMPAN"/>	

Nota:

- a) Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke skrin SENARAI KLIEN.
- b) Klik pada butang **[SET SEMULA]** untuk mengosongkan semula medan yang telah diisi.



c) Klik pada butang **[KAMUS]** untuk memaparkan informasi tettingkap KAMUS – KEKUATAN OTOT.

7. Sila masukkan maklumat TARIKH SARINGAN.
8. Sila masukkan maklumat TINGGI.
9. Sila masukkan maklumat BERAT.
10. Sila masukkan maklumat UKUR LILIT PINGGANG.
11. Sila masukkan maklumat PERATUS LEMAK BADAN.
12. Sila masukkan maklumat PERATUS OTOT.
13. Sila masukkan maklumat UMUR BADAN.
14. Sila masukkan maklumat RESTING METABOLISME.
15. Sila masukkan maklumat LANGKAH.
16. Sila masukkan maklumat JARAK.
17. Sila masukkan maklumat DAYA TAHAN KARDIO.
18. Sila masukkan maklumat DAYA TAHAN OTOT.
19. Sila masukkan maklumat KEKUATAN OTOT.
20. Sila masukkan maklumat TEKANAN DARAH
21. Sila masukkan maklumat GULA DALAM DARAH.

Nota: Medan yang bertanda (*) menunjukkan medan ini wajib diisi.

22. Sistem akan memaparkan skrin **PRA UJI** yang telah diisi.



TARIKH SARINGAN *	8/11/2024
KOMPOSISI BADAN	
TINGGI (m) *	1.65
BERAT (kg) *	65
BMI	23.88
STATUS BMI	MEMPUNYAI BERAT BADAN UNGGUL
UKUR LILIT PINGGANG (CM) *	38
PERATUS LEMAK BADAN (%) *	45
PERATUS OTOT (%) *	55
UMUR BADAN	32
RESTING METABOLISME	1800

LANGKAH *	10000
JARAK (KM)	10
UJIAN KECERGASAN	
1. DAYA TAHAN KARDIO KAMUS	
<input checked="" type="radio"/> BERLARI 12 MINIT <input type="radio"/> YMCA	
SKOR *	1900
TAHAP PENCAPAIAN	BAIK
2. DAYA TAHAN OTOT KAMUS	
1 MINIT TEKAN TUBI	
SKOR *	28
TAHAP PENCAPAIAN	BAIK
3. KEKUATAN OTOT KAMUS	
MODIFIKASI 5 TAHAP BANGKIT TUBI	
TAHAP PENCAPAIAN *	BAIK



SARINGAN KESIHATAN

1. TEKANAN DARAH

BACAAN *

STATUS

2. GULA DALAM DARAH

BACAAN

Nota:

- a) Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke skrin **SENARAI KLIEN**.
- b) Klik pada butang **[SET SEMULA]** untuk mengosongkan semula medan yang telah diisi.
- c) **STATUS BMI** dan **BMI** dipaparkan mengikut **TETAPAN BMI**.
- d) **TAHAP PENCAPAIAN** dipaparkan mengikut **TETAPAN DAYA TAHAN KARDIO**.

23. Klik pada butang **[SIMPAN]**.

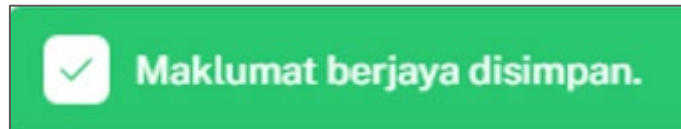
27. Sistem akan memaparkan notifikasi pengesahan.





28. Klik pada butang **[YA]** untuk meneruskan Tindakan atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tanpa menyimpan.

29. Sistem akan memaparkan skrin **PRA UJI** dengan notifikasi berjaya disimpan.

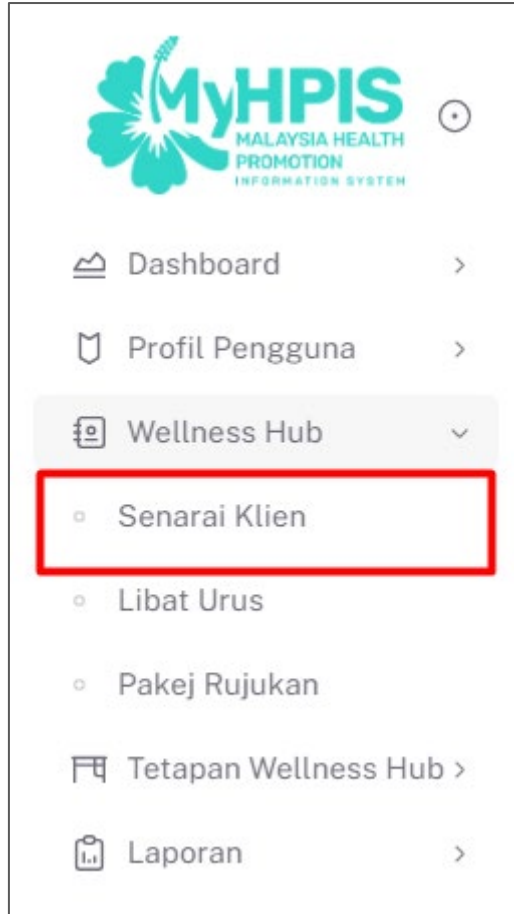




3.4.2 POST UJI

3.4.2.1 PROSES MENGISI BORANG POST UJI

1. Klik pada **Senarai Klien** pada menu **Wellness Hub**.



2. Sistem memaparkan skrin **SENARAI KLIEN**.

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	950104015023	AIDIL ZAKWAN	2024-10-15	Selesai	
2	WALK-IN	991010035024	ALIA ADHA	2024-05-09	Selesai	
3	DIRUJUK	991010035042	AIDA RAZMAN	2024-05-09	Selesai	
4	WALK-IN	991212065023	MUHAMAD AIMAN	2024-05-09	Selesai	
5	WALK-IN	300616011961	YAZID	2024-05-02	Selesai	

Search bar: Carian ...
Buttons: QR Code, +KLIEN
Pagination: 5 | 1-5 daripada 29 | 1 2 ... 6 >



3. Pada skrin **SENARAI KLIEN**, klik pada ikon **[Papar]** pada senarai yang berstatus **'Selesai'**.

WELLNESS HUB BANGI

TAPISAN

JENIS KEDATANGAN: SILA PILIH

TARIKH DAFTAR: [Calendar Icon]

STATUS ANALISA PENILAIAN: SILA PILIH

SET SEMULA TAPIS

Carian...

+KLIEN

BIL	JENIS KEDATANGAN	NO KP	NAMA KLIEN	TARIKH DAFTAR	STATUS ANALISA PENILAIAN	TINDAKAN
1	WALK-IN	991228085048	AINA NAZIHAH	2024-03-12	Untuk Tindakan	[Icon]
2	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI RUJUKAN	2024-03-10	Selesai	[Papar Icon]
3	DIRUJUK	800909115439	IZAM FAHMI ALIAS	2024-03-07	Selesai	[Icon]

1-3 daripada 3

4. Sistem memaparkan skrin **PENILAIAN TINGKAH LAKU**.

PENILAIAN TINGKAH LAKU

PAKEJ DIRUJUK

PRA UJI

PASCA UJI 1

PASCA UJI 2

1 LATAR BELAKANG KLIEN 2 DEMOGRAFI 3 STATUS KESIHATAN 4 AKTIVITI FIZII

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER RUJUKAN * PILIH SUMBER MAKLUMAT: KLINIK KESIHATAN

NO KAD PENGENALAN * 991010035042

NAMA PENUH * AIDA RAZMAN

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB * 9/5/2024

KEMBALI KE SENARAI SETERUSNYA

5. Klik pada tab **POST UJI** untuk mengisi borang pra uji.

Post Uji

PENILAIAN TINGKAH LAKU

PAKEJ DIRUJUK

PRA UJI

POST UJI

TARIKH SARINGAN *

KOMPOSISI BADAN

TINGGI (m) *

BERAT (kg) *

BMI 0

STATUS BMI

UKUR LILIT PINGGANG (CM) *



6. Sistem memaparkan skrin **POST UJI** yang perlu diisi.

TARIKH SARINGAN *	<input type="text"/>
KOMPOSISI BADAN	
TINGGI (m) *	<input type="text"/>
BERAT (kg) *	<input type="text"/>
BMI	<input type="text" value="0"/>
STATUS BMI	<input type="text"/>
UKUR LILIT PINGGANG (CM) *	<input type="text"/>
PERATUS LEMAK BADAN (%) *	<input type="text"/>
PERATUS OTOT (%) *	<input type="text"/>
UMUR BADAN	<input type="text"/>

RESTING METABOLISME	<input type="text"/>
LANGKAH *	<input type="text"/>
JARAK (KM)	<input type="text"/>
UJIAN KECERGASAN	
1. DAYA TAHAN KARDIO	
<input type="radio"/> BERLARI 12 MINIT <input type="radio"/> YMCA	
SKOR *	<input type="text"/>
TAHAP PENCAPAIAN	<input type="text"/>
2. DAYA TAHAN OTOT KAMUS	
1 MINIT TEKAN TUBI	
SKOR *	<input type="text"/>
TAHAP PENCAPAIAN	<input type="text"/>



3. KEKUATAN OTOT **KAMUS**

MODIFIKASI 5 TAHAP BANGKIT TUBI

TAHAP PENCAPAIAN *

SARINGAN KESIHATAN

1. TEKANAN DARAH

BACAAN *

STATUS

2. GULA DALAM DARAH

BACAAN

SET SEMULA **SIMPAN**

Nota:

- a) Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke skrin SENARAI KLIEN.
 - b) Klik pada butang **[SET SEMULA]** untuk mengosongkan semula medan yang telah diisi.
 - c) Klik pada butang **[KAMUS]** untuk memaparkan informasi tettingkap KAMUS – KEKUATAN OTOT.
7. Sila masukkan maklumat TARIKH SARINGAN.
 8. Sila masukkan maklumat TINGGI.
 9. Sila masukkan maklumat BERAT.
 10. Sila masukkan maklumat UKUR LILIT PINGGANG.
 11. Sila masukkan maklumat PERATUS LEMAK BADAN.
 12. Sila masukkan maklumat PERATUS OTOT.
 13. Sila masukkan maklumat UMUR BADAN.
 14. Sila masukkan maklumat RESTING METABOLISME.



15. Sila masukkan maklumat LANGKAH.
16. Sila masukkan maklumat JARAK.
17. Sila masukkan maklumat DAYA TAHAN KARDIO.
18. Sila masukkan maklumat DAYA TAHAN OTOT.
19. Sila masukkan maklumat KEKUATAN OTOT.
20. Sila masukkan maklumat TEKANAN DARAH
21. Sila masukkan maklumat GULA DALAM DARAH.

Nota: Medan yang bertanda (*) menunjukkan medan ini wajib diisi.

22. Sistem akan memaparkan skrin **POST UJI** yang telah diisi.



TARIKH SARINGAN *	8/11/2024
KOMPOSISI BADAN	
TINGGI (m) *	1.65
BERAT (kg) *	65
BMI	23.88
STATUS BMI	MEMPUNYAI BERAT BADAN UNGGUL
UKUR LILIT PINGGANG (CM) *	38
PERATUS LEMAK BADAN (%) *	45
PERATUS OTOT (%) *	55
UMUR BADAN	32
RESTING METABOLISME	1800

LANGKAH *	10000
JARAK (KM)	10
UJIAN KECERGASAN	
1. DAYA TAHAN KARDIO KAMUS	
<input checked="" type="radio"/> BERLARI 12 MINIT <input type="radio"/> YMCA	
SKOR *	1900
TAHAP PENCAPAIAN	BAIK
2. DAYA TAHAN OTOT KAMUS	
1 MINIT TEKAN TUBI	
SKOR *	28
TAHAP PENCAPAIAN	BAIK
3. KEKUATAN OTOT KAMUS	
MODIFIKASI 5 TAHAP BANGKIT TUBI	
TAHAP PENCAPAIAN *	BAIK



SARINGAN KESIHATAN

1. TEKANAN DARAH

BACAAN *

STATUS

2. GULA DALAM DARAH

BACAAN

Nota:

- a) Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke skrin **SENARAI KLIEN**.
- b) Klik pada butang **[SET SEMULA]** untuk mengosongkan semula medan yang telah diisi.
- c) **STATUS BMI** dan **BMI** dipaparkan mengikut **TETAPAN BMI**.
- d) **TAHAP PENCAPAIAN** dipaparkan mengikut **TETAPAN DAYA TAHAN KARDIO**.

23. Klik pada butang **[SIMPAN]**.

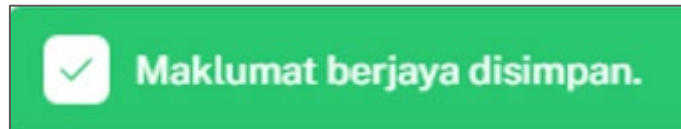
30. Sistem akan memaparkan notifikasi pengesahan.





31. Klik pada butang **[YA]** untuk meneruskan Tindakan atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tanpa menyimpan.

32. Sistem akan memaparkan skrin **PRA UJI** dengan notifikasi berjaya disimpan.

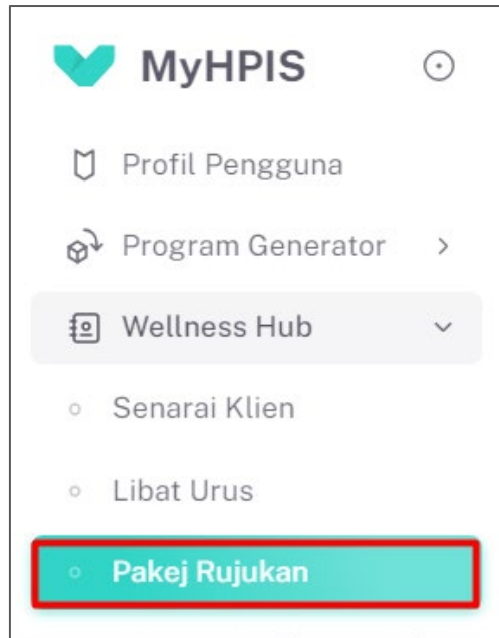




3.4.3 PAKEJ RUJUKAN

3.4.3.1 PAPARAN SEMULA PAKEJ RUJUKAN (UMUM)

1. Klik pada **Pakej Rujukan** pada menu **Wellness Hub**.



2. Sistem akan memaparkan skrin SENARAI PAKEJ RUJUKAN.

WELLNESS HUB: WELLNESS HUB HULU LANGAT

Carian ...

BIL	PAKEJ RUJUKAN	TINDAKAN
1	WELLNESS STUDIO / GIMNASIUM	
2	KEKAL AKTIF	
3	MY GREEN HANDS	
4	SENI KREATIF	
5	SOKONGAN KESEJAHTERAAN	






5 1-5 daripada 11 < 1 2 3 >



- Klik pada ikon '**PAPAR**' pada senarai pakej selain daripada PKBM serta IFitEr.

WELLNESS HUB: WELLNESS HUB HULU LANGAT

Carian ...






BIL	PAKEJ RUJUKAN	TINDAKAN
1	WELLNESS STUDIO / GIMNASIUM	
2	KEKAL AKTIF	
3	MY GREEN HANDS	
4	SENI KREATIF	
5	SOKONGAN KESEJAHTERAAN	

5 1-5 daripada 11 < 1 2 3 >

- Sistem akan memaparkan skrin **SENARAI KLIEN UMUM**.

SENARAI KLIEN - FAKTOR RISIKO KESIHATAN
WELLNESS HUB: WELLNESS HUB PASIR GAJAH

Carian ...

BIL	TARIKH DAFTAR	NO. KP	NAMA KLIEN	TINDAKAN
1	2024-03-01	901227015048	ATIKAH JAUHARI	
2	2024-03-17	971223015040	MOHAMMAD ZAKWAN	
3	2024-03-11	991230055899	MUHAMMAD FALIQ	
4	2024-03-20	991229075028	NAZATUL SYAHIRAH	
5	2024-03-20	990101025432	KHAIRUNNISA	

- Klik pada ikon '**PAPAR**' untuk memaparkan maklumat klien secara terperinci.

- Sistem memaparkan skrin maklumat klien **UMUM**.

← 1 LATAR BELAKANG KLIEN > 2 DEMOGRAFI > 3 STATUS KESIHATAN > 4 AKTIVITI FIZ >

🔍 PENILAIAN TINGKAH LAKU

- ☰ PAKEJ DIRUJUK
- 🕒 PRA UJI
- 🕒 POST UJI

JENIS KEDATANGAN * WALK-IN DIRUJUK VIRTUAL OUTREACH

SUMBER RUJUKAN *

NO KAD PENGENALAN *

NAMA PENUH *

TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB *

← KEMBALI KE SENARAI

SETERUSNYA →



7. Klik butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke senarai klien.

The screenshot shows a client profile form with the following fields: JENIS KEDATANGAN (radio buttons for WALK-IN, DIRUJUK, VIRTUAL, OUTREACH), SUMBER RUJUKAN (dropdown menu with HOSPITAL selected), NO KAD PENGENALAN (text field with 901227015048), NAMA PENUH (text field with ATIKAH JAUHARI), and TARIKH KEDATANGAN KE WELLNESS HUB (calendar icon with 1/3/2024). A red box highlights the 'KEMBALI KE SENARAI' button at the bottom left, and a green 'SETERUSNYA' button is at the bottom right.

8. Sistem memaparkan semula skrin senarai klien.

BIL	TARIKH DAFTAR	NO. KP	NAMA KLIEN	STATUS	TINDAKAN
1	2024-11-20	890701035042	ENA	Baru	

A red box highlights the 'KEMBALI KE SENARAI' button at the bottom left. The table also includes a search bar at the top and pagination controls at the bottom right showing '5' items per page and '1-1 daripada 1' items.

9. Klik butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke senarai pakej.

BIL	TARIKH DAFTAR	NO. KP	NAMA KLIEN	STATUS	TINDAKAN
1	2024-11-20	890701035042	ENA	Baru	

A red box highlights the 'KEMBALI KE SENARAI' button at the bottom left. The table also includes a search bar at the top and pagination controls at the bottom right showing '5' items per page and '1-1 daripada 1' items.

10. Sistem memaparkan semula skrin senarai pakej.

BIL	PAKEJ RUJUKAN	TINDAKAN
1	WELLNESS STUDIO / GIMNASIUM	
2	KEKAL AKTIF	
3	MY GREEN HANDS	
4	SENI KREATIF	
5	SOKONGAN KESEJAHTERAAN	






A red box highlights the 'KEMBALI KE SENARAI' button at the bottom left. The table also includes a search bar at the top and pagination controls at the bottom right showing '5' items per page and '1-5 daripada 11' items.



11. Klik pada ikon **'SENARAI'** untuk merekodkan kehadiran klien.

WELLNESS HUB: WELLNESS HUB HULU LANGAT

Carian ...

BIL	PAKEJ RUJUKAN	TINDAKAN
1	WELLNESS STUDIO / GIMNASIUM	
2	KEKAL AKTIF	
3	MY GREEN HANDS	
4	SENI KREATIF	
5	SOKONGAN KESEJAHTERAAN	



5 ▾ 1-5 daripada 11 < 1 2 3 >

12. Sistem memaparkan skrin **SENARAI SESI**.

SENARAI SESI - FAKTOR RISIKO KESIHATAN
WELLNESS HUB: WELLNESS HUB PASIR GAJAH

Carian ...

+SESI

BIL	TARIKH SESI	JENIS AKTIVITI	BILANGAN KEHADIRAN	TINDAKAN
1	2024-03-18	RUNDING CARA	0	
2	2024-03-19	RUNDING CARA	0	

5 ▾ 1-2 daripada 2 < 1 >



KEMBALI KE SENARAI

13. Klik pada butang **[+SESI]** untuk menambah sesi bagi pakej umum.

SENARAI SESI - FAKTOR RISIKO KESIHATAN
WELLNESS HUB: WELLNESS HUB PASIR GAJAH

Carian ...

+SESI

BIL	TARIKH SESI	JENIS AKTIVITI	BILANGAN KEHADIRAN	TINDAKAN
1	2024-03-18	RUNDING CARA	0	
2	2024-03-19	RUNDING CARA	0	

5 ▾ 1-2 daripada 2 < 1 >

KEMBALI KE SENARAI



14. Sistem memaparkan skrin **DAFTAR SESI**.

15. Sila isikan maklumat **TARIKH SESI**.

16. Sila isikan maklumat **JENIS AKTIVITI**.

17. Sila isikan maklumat **CATATAN**.

18. Klik pada butang **[SETERUSNYA]**.

19. Sistem memaparkan notifikasi tettingkap.





20. Klik pada butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tanpa menyimpan.

21. Sistem memaparkan skrin **KEHADIRAN**.

SESI - FAKTOR RISIKO KESIHATAN

WELLNESS HUB:WELLNESS HUB PASIR GAJAH

1 MAKLUMAT AKTIVITI > 2 KEHADIRAN

<input type="checkbox"/>	BIL	TARIKH DAFTAR	NO. KP	NAMA PESERTA	STATUS KEHADIRAN	TINDAKAN
<input type="checkbox"/>	1	2024-03-01	901227015048	ATIKAH JAUHARI		
<input type="checkbox"/>	2	2024-03-17	871223015040	MOHAMMAD ZAKWAN		
<input type="checkbox"/>	3	2024-03-11	991230055899	MUHAMMAD FALIQ		
<input type="checkbox"/>	4	2024-03-01	821220045080	FATEENAH AHMAD		
<input type="checkbox"/>	5	2024-03-20	991228075028	NAZATUL SYAHIRAH		

22. Sila tanda pada senarai klien yang hadir dan klik pada dropdown dibawah dan pilih samaada **HADIR** atau **TIDAK HADIR**. Seterusnya, klik pada butang **[KEMASKINI]**.

HADIR

TIDAK HADIR



23. Sistem memaparkan notifikasi tettingkap.



24. Klik pada butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tanpa menyimpan.

25. Sistem memaparkan notifikasi berjaya serta menyatakan “**Maklumat berjaya disimpan**”.





3.5 PROSES MENAMBAH MAKLUMAT LIBAT URUS RAKAN STRATEGIK DAN NGO.

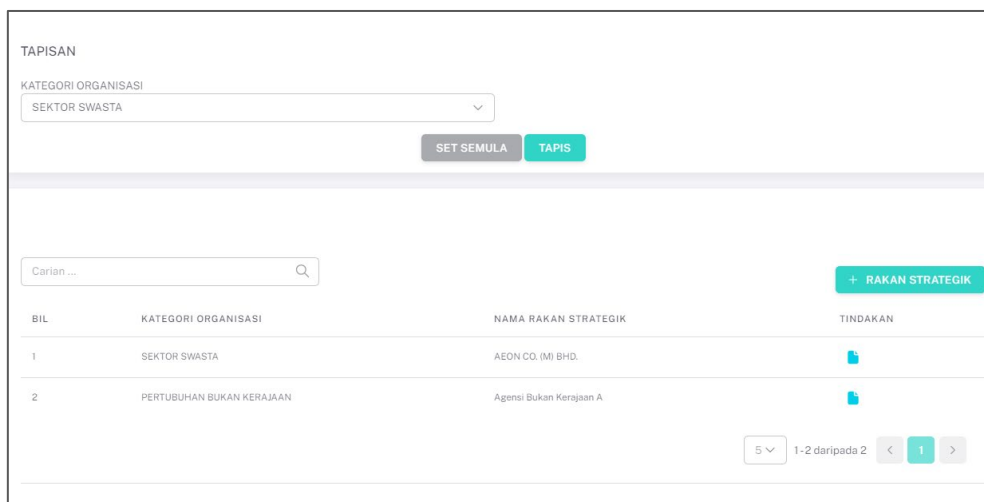
Menu ini digunakan oleh Penyelaras Wellness Hub untuk menambah maklumat libat urus Bersama Wellness Hub.

3.5.1 PROSES PENDAFTARAN RAKAN STRATEGIK DAN NGO.

1. Klik pada **Libat Urus** pada menu **Wellness Hub**.



2. Sistem akan memaparkan skrin **SENARAI RAKAN STRATEGIK DAN NGO**.





3. Klik pada butang **[+RAKAN STRATEGIK]** untuk mendaftar rakan strategik dan NGO.

TAPISAN

KATEGORI ORGANISASI
SEKTOR SWASTA

SET SEMULA TAPIS

Carian ...

+ RAKAN STRATEGIK

BIL	KATEGORI ORGANISASI	NAMA RAKAN STRATEGIK	TINDAKAN
1	SEKTOR SWASTA	AEDN CO. (M) BHD.	
2	PERTUBUHAN BUKAN KERAJAAN	Agensi Bukan Kerajaan A	

5 1-2 daripada 2

4. Sistem akan memaparkan skrin **TAMBAH RAKAN STRATEGIK**.

TAMBAH RAKAN STRATEGIK

KATEGORI ORGANISASI * SILA PILIH KATEGORI ORGANISASI

NAMA ORGANISASI * SILA PILIH ORGANISASI

KEMBALI KE SENARAI SIMPAN

5. Sila masukkan maklumat KATEGORI ORGANISASI.
6. Sila masukkan maklumat NAMA ORGANISASI.
7. Klik pada butang **[SIMPAN]**.

Nota: Medan-medan yang bertanda (*) adalah wajib diisi.

8. Sistem memaparkan notifikasi tettingkap.

PENGESAHAN

Adakah anda pasti untuk menyimpan maklumat?

YA TIDAK



9. Klik butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tanpa menyimpan.
10. Sistem memaparkan notifikasi berjaya serta menyatakan “**Maklumat berjaya disimpan.**”



Maklumat berjaya disimpan.



3.5.2 PROSES MENAMBAH MAKLUMAT LIBAT URUS

1. Pada skrin **SENARAI RAKAN STRATEGIK DAN NGO**, klik pada ikon **'PAPAR'**.



TAPISAN

KATEGORI ORGANISASI
SEKTOR SWASTA

SET SEMULA TAPIS

Carian ...

+ RAKAN STRATEGIK






BIL	KATEGORI ORGANISASI	NAMA RAKAN STRATEGIK	TINDAKAN
1	SEKTOR SWASTA	AEON CO. (M) BHD.	
2	PERTUBUHAN BUKAN KERAJAAN	Agensi Bukan Kerajaan A	

5 1-2 daripada 2 < 1 >

2. Sistem akan memaparkan skrin **SENARAI LIBAT URUS**.

Carian ...

+ LIBAT URUS

BIL	TARIKH LIBAT URUS	NAMA PROGRAM	JUMLAH KEHADIRAN	TINDAKAN
1	2024-05-29 hingga 2024-05-30	IZAM TEST	256	
2	2024-05-08 hingga 2024-05-11	RRRERER	256	
3	2024-05-08 hingga	TEST	12	
4	2024-03-26 hingga	PROJECK RAKAN STRATEGIK 1	12	
5	2024-03-26 hingga	PROJECK RAKAN STRATEGIK 1	12	

5 1-5 daripada 5 < 1 >

3. Klik pada ikon **'+LIBAT URUS'** untuk menambah maklumat libat urus.



BIL	TARIKH LIBAT URUS	NAMA PROGRAM	JUMLAH KEHADIRAN	TINDAKAN
1	2024-05-29 hingga 2024-05-30	IZAM TEST	256	
2	2024-05-08 hingga 2024-05-11	RHRERER	256	
3	2024-05-08 hingga	TEST	12	
4	2024-03-26 hingga	PROJEK RAKAN STRATEGIK 1	12	
5	2024-03-26 hingga	PROJEK RAKAN STRATEGIK 1	12	

5 1-5 daripada 5 < 1 >

4. Sistem akan memaparkan skrin **TAMBAH PROJEK**.

TAMBAH PROJEK

KATEGORI ORGANISASI: PERTUBUHAN BUKAN KERAJAAN

NAMA RAKAN STRATEGIK: BRISK WALKER PUTRAJAYA

NAMA PROGRAM*: MASUKKAN NAMA PROJEK

TARIKH LIBAT URUS*: SILA PILIH TARIKH PROJEK

MESYUARAT: 0

LATIHAN / BENGKEL / KURSUS / TOT: 0

BIL. KEHADIRAN PELAKSANAAN PROJEK: OUTREACH: 0

LAIN-LAIN: 0

SENARAI AKTIVITI DILAKSANAKAN*: MASUKKAN SENARAI AKTIVITI YANG DILAKSANAKAN

INISIATIF ANMS: SILA PILIH INISIATIF

JUMLAH KEHADIRAN*: 0

RISALAH: 0

BILANGAN EDARAN BAHAN PROMOSI: POSTER: 0

CATATAN: MASUKKAN CATATAN

KEMBALI KE SENARAI SET SEMULA SIMPAN

5. Sila masukkan NAMA PROJEK.

6. Sila masukkan TARIKH PROJEK. Tarikh boleh dipilih mengikut julat.

7. Sila masukkan BIL. KEHADIRAN PELAKSANAAN PROJEK.

8. Sila masukkan SENARAI AKTIVITI DILAKSANAKAN.

9. Sila pilih INISIATIF.

Nota: JUMLAH KEHADIRAN akan dipaparkan secara *automatik*.

10. Sila masukkan BILANGAN EDARAN BAHAN PROMOSI.

11. Sila masukkan CATATAN.



12. Klik pada butang **[SIMPAN]**.

Nota: Medan-medan yang bertanda (*) adalah wajib diisi.

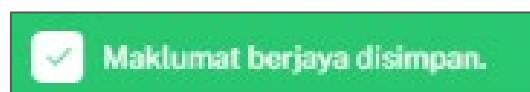
Nota: Sila klik pada ikon info pada INISIATIF ANMS untuk memaparkan penerangan bagi setiap inisiatif.

13. Sistem memaparkan notifikasi tettingkap.



14. Klik butang **[YA]** untuk meneruskan proses atau klik butang **[TIDAK]** untuk menutup notifikasi tanpa menyimpan.

15. Sistem memaparkan notifikasi berjaya serta menyatakan “**Maklumat berjaya disimpan.**”





3.5.3 PROSES MEMAPAR SEMULA MAKLUMAT LIBAT URUS

1. Pada skrin **SENARAI LIBAT URUS**, klik pada ikon **'PAPAR'**.

BIL	TARIKH LIBAT URUS	NAMA PROGRAM	JUMLAH KEHADIRAN	TINDAKAN
1	2024-05-29 hingga 2024-05-30	IZAM TEST	256	
2	2024-05-08 hingga 2024-05-11	RERERER	256	
3	2024-05-08 hingga	TEST	12	
4	2024-03-26 hingga	PROJEK RAKAN STRATEGIK 1	12	
5	2024-03-26 hingga	PROJEK RAKAN STRATEGIK 1	12	

2. Sistem akan memaparkan skrin **MAKLUMAT LIBAT URUS**.

KATEGORI ORGANISASI: PERTUBUHAN BUKAN KERAJAAN

NAMA RAKAN STRATEGIK: BRISK WALKER PUTRAJAYA

NAMA PROGRAM *: PROJEK RAKAN STRATEGIK 9

TARIKH LIBAT URUS *: 2/7/2024 - 6/7/2024

MESYUARAT: 0

BIL. KEHADIRAN PELAKSANAAN PROJEK: LATIHAN / BENGKEL / KURSUS / TOT: 0; OUTREACH: 12; LAIN-LAIN: 0

SENARAI AKTIVITI DILAKSANAKAN *: AKTIVITI 1, AKTIVITI 2

INISIATIF ANMS: INISIATIF 1, INISIATIF 2

JUMLAH KEHADIRAN *: 12

BILANGAN EDARAN BAHAN PROMOSI: RISALAH: 1; POSTER: 0

CATATAN: MASUKKAN CATATAN

KEMBALI KE SENARAI (red button), SIMPAN (green button)



3. Klik pada butang **[KEMBALI KE SENARAI]** untuk kembali ke senarai semula.
4. Sistem akan memaparkan semula skrin senarai libat urus.

PERTUBUHAN BUKAN KERAJAAN - BRISK WALKER PUTRAJAYA

TAPISAN

TARIKH LIBAT URUS

SILA PILIH TARIKH PROJEK

SET SEMULA TAPIS

Carian ...

+ LIBAT URUS

BIL	TARIKH LIBAT URUS	NAMA PROGRAM	JUMLAH KEHADIRAN	TINDAKAN
1	2024-07-02 hingga 2024-07-06	PROJEK RAKAN STRATEGIK 9	12	
2	2024-05-07 hingga 2024-05-09	PROJEK SAMBUTAN BULAN MALAYSIA SIHAT SEJAHTERA	27	
3	2024-05-06 hingga 2024-05-09	LIBAT URUS CUBA	49	
4	2024-03-13 hingga 2024-03-22	PROJEK RAKAN STRATEGIK 1	6	
5	2024-05-08 hingga 2024-05-10	PROJEK RAKAN STRATEGIK	11	

5 1-5 daripada 10 < 1 2 >