

PELAN STRATEGIK

PROMOSI KESIHATAN

2018-2020



KEMENTERIAN KESIHATAN
MALAYSIA



**KEMENTERIAN KESIHATAN
MALAYSIA**

© KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

Diterbitkan pada tahun 2018 oleh Bahagian Pendidikan Kesihatan

Semua hak terpelihara. Tiada mana-mana bahagian daripada penerbitan ini boleh diterbitkan semula atau disimpan di dalam bentuk yang boleh diperolehi semula atau disiarkan dalam sebarang bentuk dengan apa juga cara-cara elektronik, mekanikal, fotokopi, rakaman dan/ atau sebaliknya tanpa mendapat izin daripada Kementerian Kesihatan Malaysia.

ISBN 978-967-2173-37-3



9 789672 173373

Isi kandungan

RINGKASAN EKSEKUTIF	2
1.0 Pengenalan	3
2.0 Program Promosi Kesihatan	
2.1 Kempen Cara Hidup Sihat	6
2.2 Program Promosi Kesihatan dalam Komuniti	8
2.3 Promosi Kesihatan di Institusi Pendidikan (HEPiLI)	12
2.4 Program Promosi Kesihatan di Tempat Kerja	13
2.5 Program Promosi Kesihatan di Hospital	13
2.6 Media Kesihatan	14
3.0 Isu dan Cabaran Promosi Kesihatan	15
4.0 Polisi Berkaitan	17
5.0 Hala Tuju Pelan Strategik Promosi Kesihatan 2018-2020	
5.1 Visi dan Misi	20
5.2 Teras Strategik	21
5.3 Kerangka Hala Tuju	22
6.0 Pelan Tindakan Strategik 2018-2020	
6.1 Fokus Utama Program	24
6.2 Fokus Pengukuhan	28
7.0 Pemantauan	30
8.0 Pelan Pelaksanaan Promosi Kesihatan Kebangsaan 2018-2020	32

PROMOSI KESIHATAN

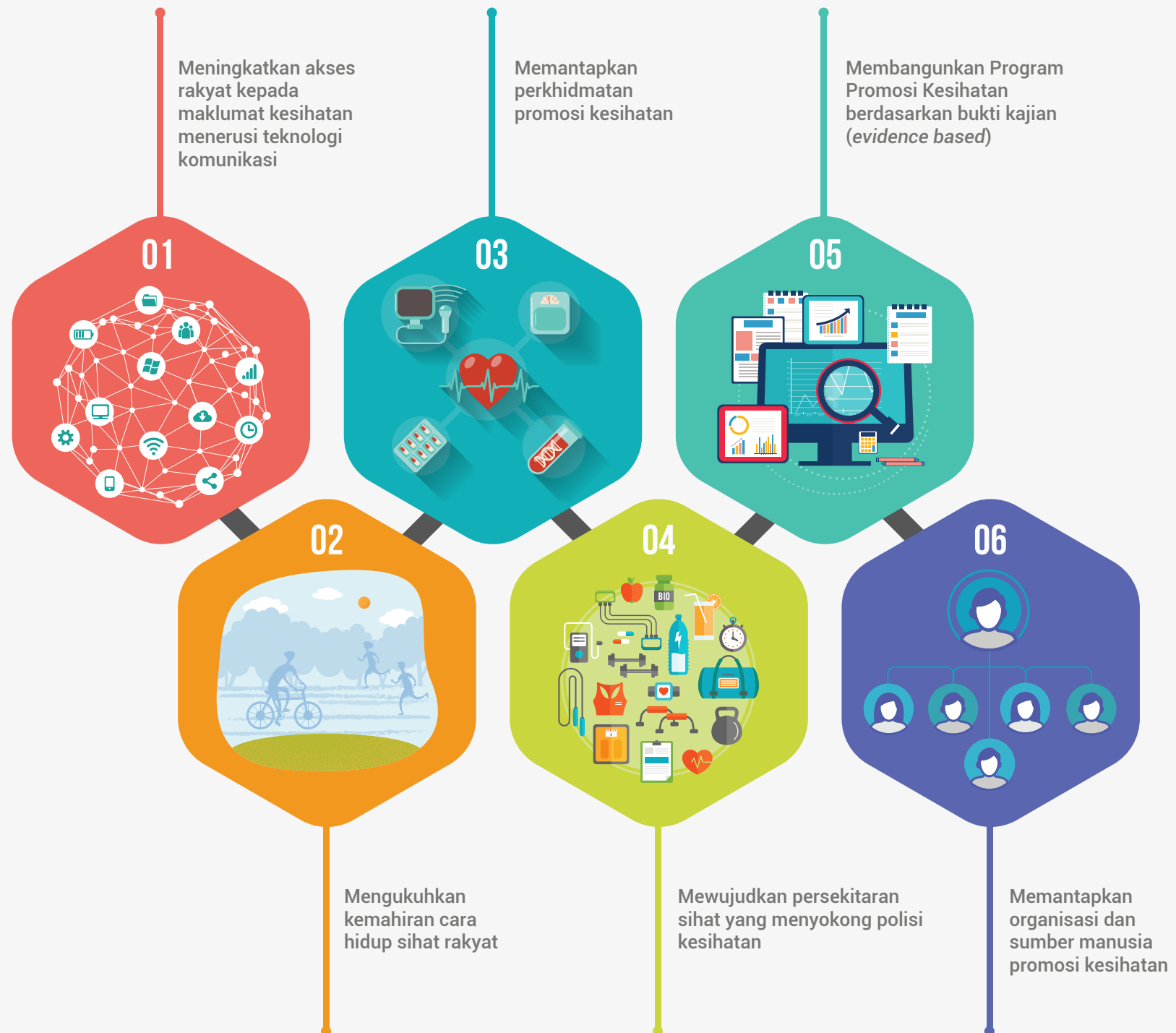
“ MERUPAKAN PROSES MENDAYA UPAYAKAN INDIVIDU DAN MASYARAKAT UNTUK MENINGKATKAN KAWALAN PENYAKIT DAN MENAMBAHBAIK KESIHATAN MEREKA”

- Ottawa Charter for Health Promotion, 1986 -



1.0 RINGKASAN EKSEKUTIF

Pelan Strategik Promosi Kesihatan 2018-2020 menyatakan hala tuju Program Promosi Kesihatan untuk melahirkan rakyat Malaysia yang mementingkan kesihatan sejajar dengan fokus utama Rancangan Malaysia ke-11 dan Pelan Strategik Kementerian Kesihatan Malaysia 2016-2020. Pelan Strategik ini meletakkan tiga objektif untuk dicapai iaitu i) peningkatan literasi kesihatan, ii) peningkatan akses dan ekuiti penyampaian perkhidmatan promosi kesihatan, dan iii) peningkatan amalan cara hidup sihat. Mengandungi 6 teras strategik digunakan untuk mencapai visi, misi dan objektif Program Promosi Kesihatan.



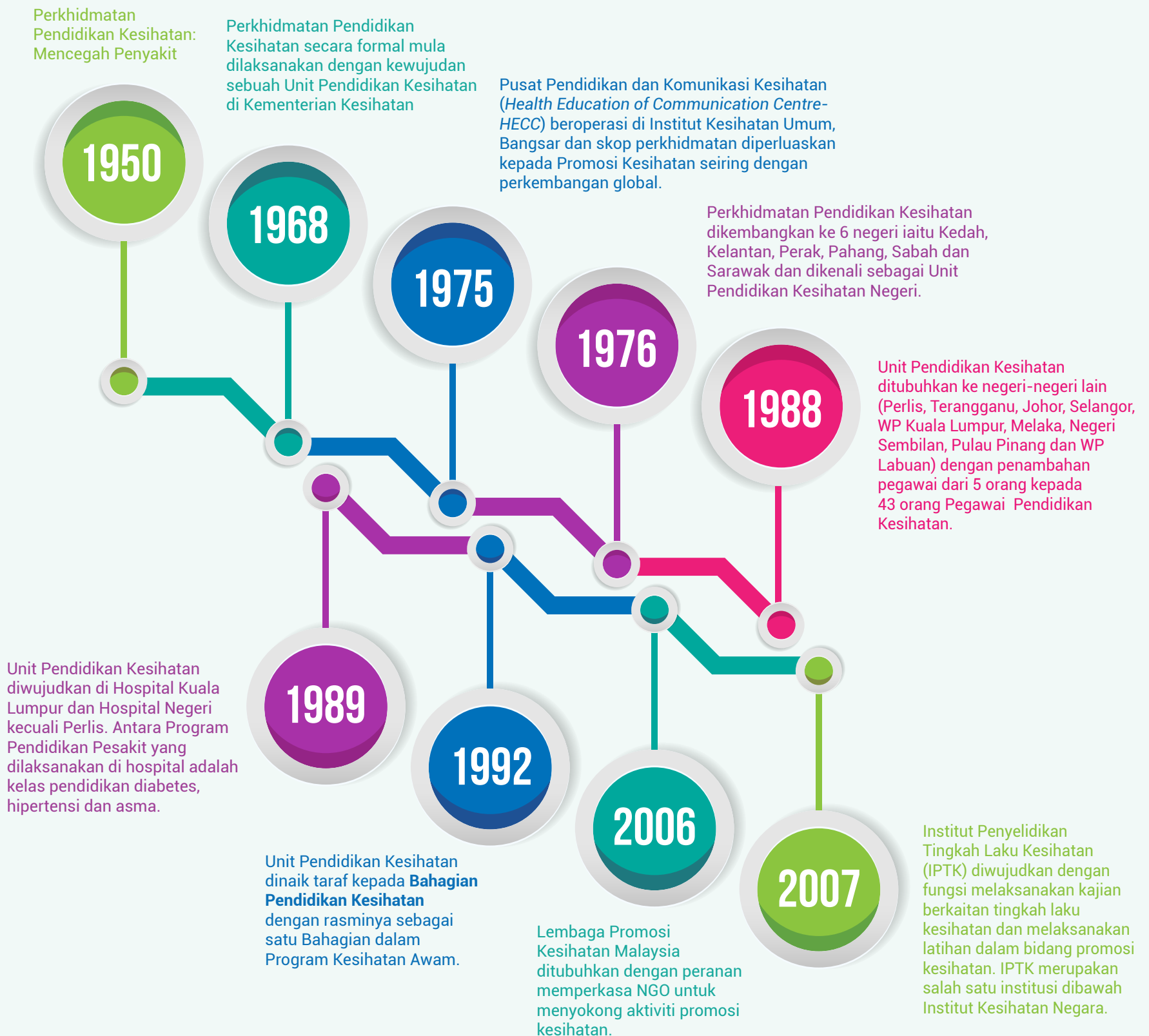
Pengenalan

Pelan Strategik Promosi Kesihatan merupakan pelan jangka masa pendek (2018-2020) dan rangka kerja Program Promosi Kesihatan untuk menangani cabaran dalam membudayakan cara hidup sihat dalam kalangan rakyat Malaysia. Pelan Strategik ini adalah dokumen rujukan dalam mempromosikan tingkah laku positif kesihatan untuk kesejahteraan hidup rakyat dan juga merupakan panduan untuk pembangunan dan pelaksanaan Program Promosi Kesihatan, Kementerian Kesihatan Malaysia demi keberhasilan impak yang optimum. Pelan yang dibangunkan ini berlandaskan kepada dokumen utama kerajaan, Pelan Strategik Kementerian Kesihatan Malaysia, agenda utama dalam WHO, UN (SDGs) dan dasar daripada agensi yang berkaitan.

Pelan ini menekankan pemantapan hala tuju, fokus utama dan strategi yang digunakan bagi mencapai visi, misi dan objektif Kementerian Kesihatan Malaysia khususnya bagi program promosi kesihatan. Pelan ini juga memberi perhatian kepada penambahbaikan organisasi; termasuk menambahbaik fungsi organisasi dan meningkatkan daya saing Pegawai Pendidikan Kesihatan. Pelan Strategik Promosi Kesihatan memberi impak positif kepada bahagian lain dalam Kementerian Kesihatan dengan penyelarasan pelan-pelan tindakan yang ada agar selari dengan strategi dan pelan tindakan promosi kesihatan.

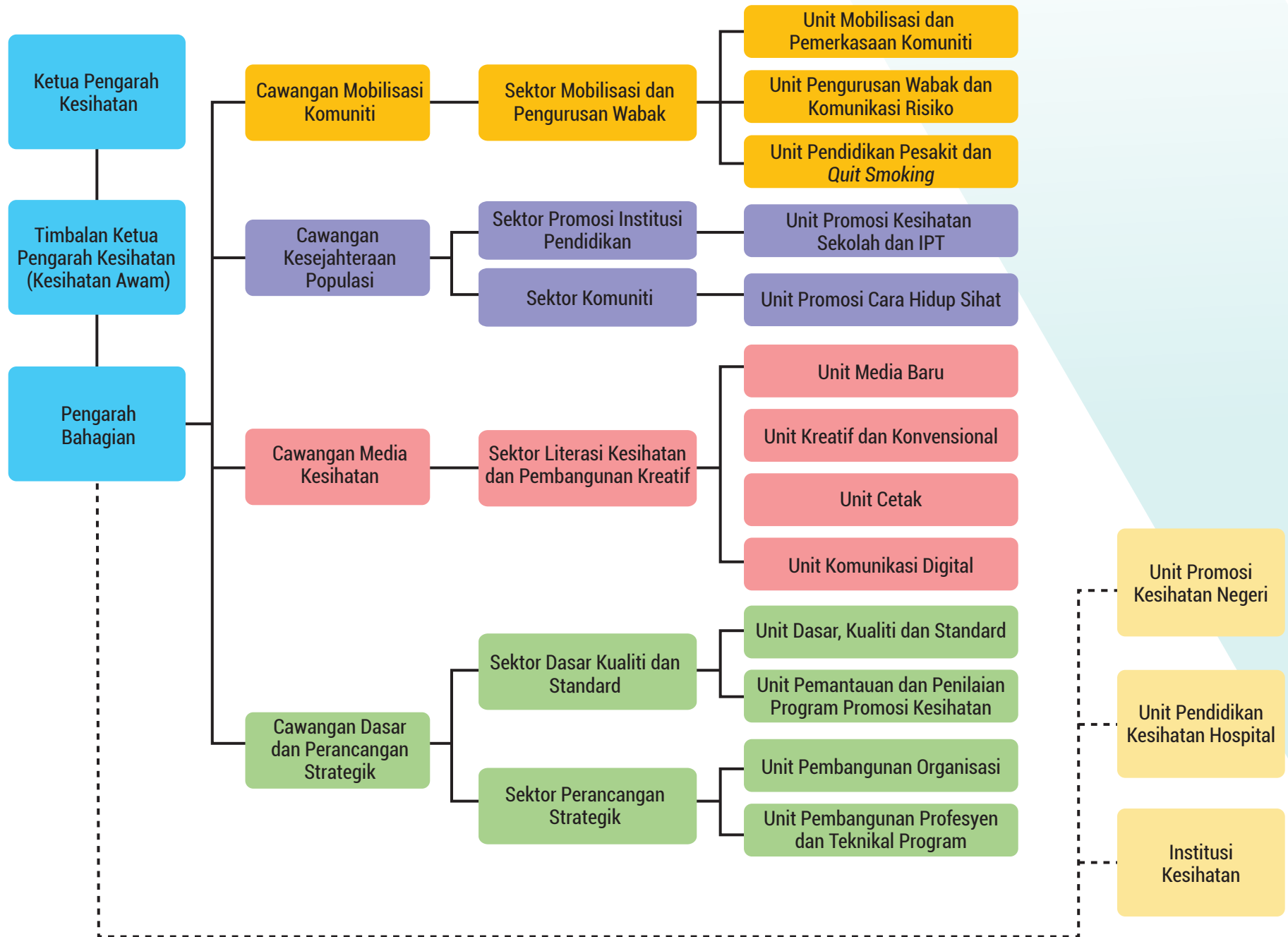
Perkembangan Perkhidmatan Promosi Kesihatan

Bermula dengan perkhidmatan pendidikan kesihatan yang fokus kepada pencegahan penyakit kini, fokus utama program promosi kesihatan adalah kepada perubahan tingkah laku ke arah tingkah laku yang mementingkan penjagaan kesihatan.



Bahagian Pendidikan Kesihatan

Bahagian Pendidikan Kesihatan merupakan bahagian yang memainkan peranan utama dalam menerajui promosi kesihatan di Kementerian Kesihatan Malaysia.



2.0 PROGRAM PROMOSI KESIHATAN

2.1 Kempen Cara Hidup Sihat

Kementerian Kesihatan Malaysia mempromosikan Kempen Cara Hidup Sihat bermula tahun 1991 dengan objektif untuk meningkatkan usaha dalam mencegah penyakit-penyakit berkaitan dengan amalan cara hidup yang tidak sihat.

**Fasa pertama:
1991-1996
(Pencegahan Penyakit)**



1991

AIDS PEMBUNUH
AIDS
Cegah AIDS Sekarang :
Hargailah Kehidupan Anda

1992



1993

**Anak Sihat Tonggak
Masa Depan Negara**



1994

Maju Tanpa Kanser



1995

Cegah Diabetes



1996

Bermula 1997 sehingga 2002, fasa kedua kempen bermula dengan tema ke arah mempromosikan amalan penjagaan kesihatan dan perubahan cara hidup yang mengutamakan kesihatan.

**Fasa kedua:
1997-2002
(Perubahan Tingkah
Laku Kesihatan)**

**Makan Untuk Kesihatan :
Resepi Kehidupan Sihat**



1997

Senaman Asas Kesihatan



1998

Cegah Kecederaan



1999

Promosi Kesihatan Mental



2000

Promosi Keluarga Sihat



2001

Promosi Persekitaran Sihat



2002

Fasa ketiga 2003- 2010, Kempen Cara Hidup Sihat (KCHS) seterusnya membawa tema 'Sihat Sepanjang Hayat' dilaksanakan mengikut *setting* seperti *setting* sekolah, *setting* tempat kerja dan *setting* komuniti.

Fasa ketiga: 2003- 2010 (Tingkah Laku Mengikut *Setting*)

5 elemen tingkah laku kesihatan.

- Lakukan Aktiviti Fizikal
- Makan Secara Sihat
- Tidak Merokok
- Bijak Menangani Stres
- Sihat Tanpa Alkohol

Projek khas KCHS:

- Jom Kayuh
- Jom Tidak Merokok
- Jom Makan Secara Sihat
- Jom Tangani Stres

Sihat Sepanjang Hayat



Fasa ke-empat bermula 2011 sehingga 2020 adalah kempen pengukuhan kepada Kempen Cara Hidup Sihat yang telah diperkenalkan pada fasa ketiga dengan memfokuskan tingkah laku yang memperkasa rakyat.

Fasa keempat: 2011- 2020 (Intervensi Tingkah Laku dan Pemeraksanaan Komuniti)



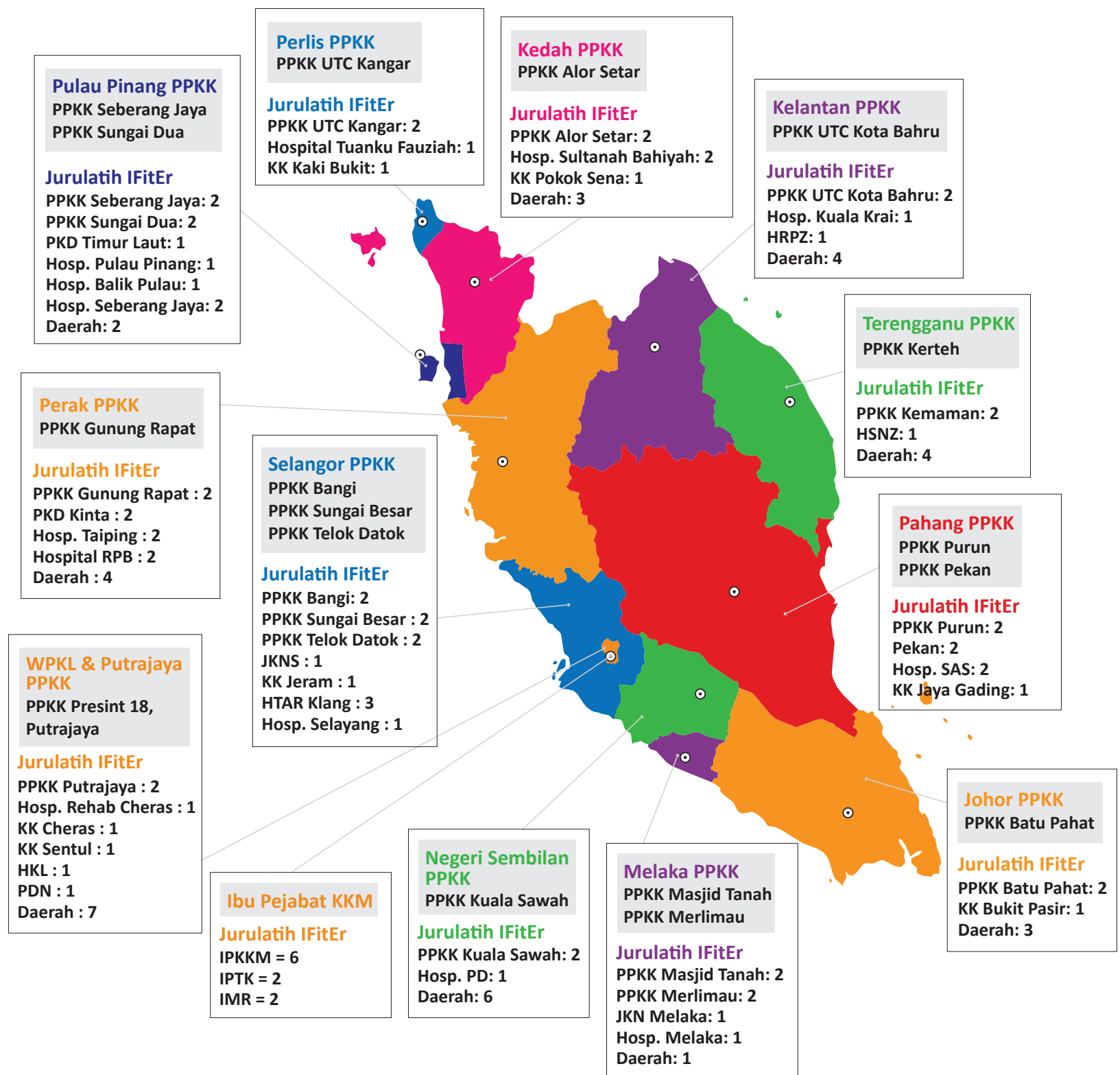
2.2 Program Promosi Kesihatan dalam Komuniti

Kempen Berjalan 10,000 Langkah

Kementerian Kesihatan Malaysia telah melancarkan Kempen Berjalan 10,000 Langkah pada tahun 2009. Tujuan kempen adalah untuk menggalakkan rakyat Malaysia khususnya golongan yang kurang aktif menjadi lebih aktif dengan berjalan 10,000 langkah sehari. Papan informasi berjalan kaki dibangunkan bagi menyokong aktiviti fizikal khususnya berjalan 10,000 langkah dalam komuniti.

Pusat Promosi Kesihatan Komuniti (PPKK)

PPKK menyediakan perkhidmatan promosi kesihatan yang komprehensif, intensif dan terancang dengan fokus meningkatkan tahap pengetahuan dan kemahiran amalan cara hidup sihat dalam kalangan komuniti. PPKK pertama ditubuhkan sebagai projek rintis di Klinik Kesihatan Seberang Jaya, Pulau Pinang pada tahun 2004. Sehingga kini sebanyak 21 PPKK telah dibangunkan di seluruh Malaysia.

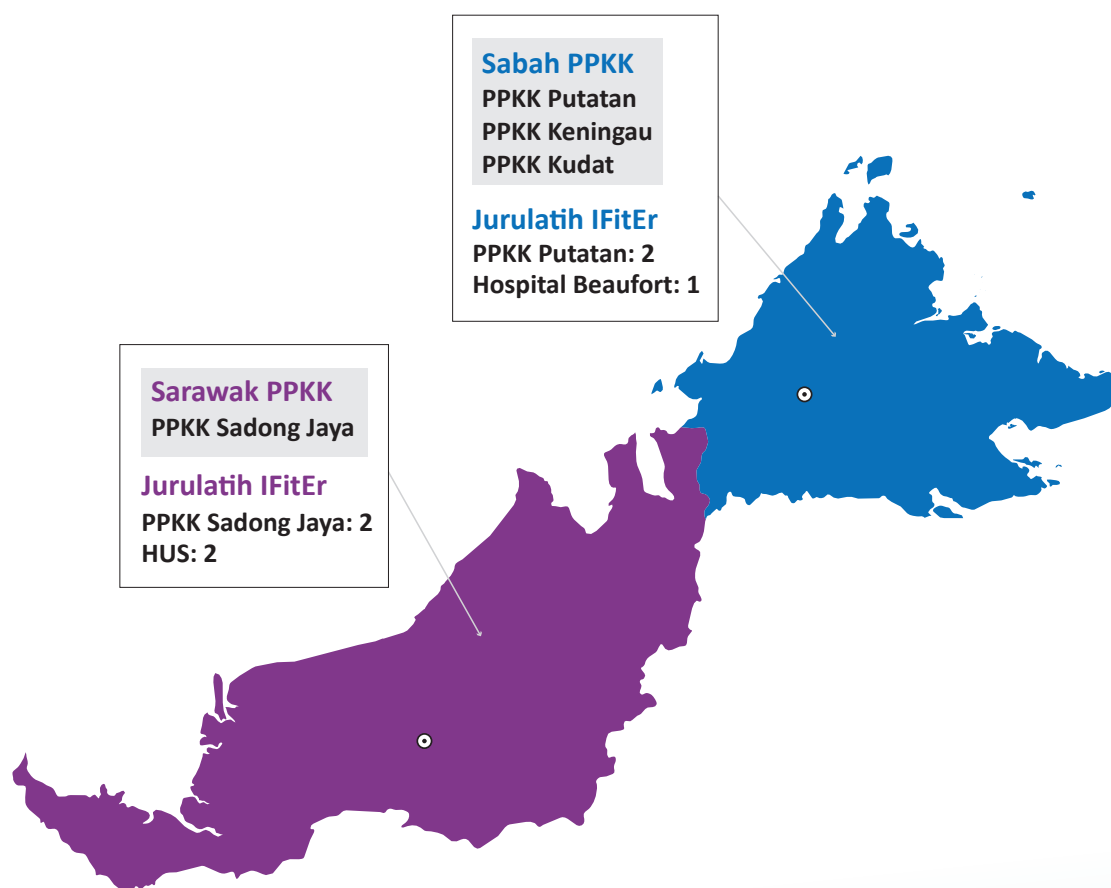


Penggerak Aktiviti Fizikal dalam Komuniti

Penggerak aktiviti fizikal komuniti berperanan sebagai agen promosi aktiviti fizikal untuk melaksanakan aktiviti fizikal berstruktur secara berkala dalam komuniti. Penggalakkan aktiviti fizikal dalam komuniti adalah untuk menggalakkan komuniti hidup aktif untuk pencegahan penyakit tidak berjangkit (NCD). Sejumlah 77 pasukan penggerak aktiviti fizikal telah dilatih.

Intervensi Pengurusan Berat Badan (IFitEr)

IFiTer adalah satu intervensi pengurusan berat badan yang melibatkan tiga elemen utama iaitu aktiviti fizikal, pemakanan sihat dan modifikasi tingkah laku bersistematik yang berlangsung selama 6 bulan. Objektif intervensi adalah memperkasa peserta untuk mengamalkan cara hidup sihat bagi menurunkan sekurang-kurangnya 10% daripada berat badan asal atau lemak badan dan meningkatkan tahap kecergasan. Seramai 126 penjawat awam kesihatan telah dilatih sebagai jurulatih IFitEr.



21
PPKK

126
JURULATIH
IFitEr



Promosi Anti Merokok

Program Promosi Anti Merokok merupakan program yang memberi kesedaran kepada rakyat mengenai kesan merokok kepada kesihatan diri, orang lain dan persekitaran serta menggalakkan perokok berhenti merokok.

Tak nak! Merokok

Setiap sedutan membawa padah

#taknakmerokok

Quitline Berhenti Merokok

Perkhidmatan Quitline Berhenti Merokok ini bertujuan memberi bantuan kepada perokok dan ahli keluarga dengan memberi maklumat, khidmat nasihat serta tips berhenti merokok. Ia mula beroperasi pada Januari 2007. Talian bantuan ini menggunakan nombor **03-8883 4400**. Quitline beroperasi setiap hari pada waktu bekerja.



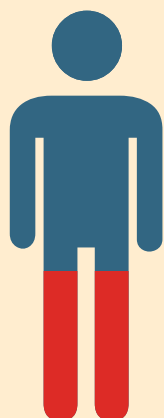
Nafas Baru Bermula Ramadan

Kempen Nafas Baru Bermula Ramadan dilaksanakan untuk meningkatkan kesedaran rakyat mengenai bahaya merokok dan berusaha berhenti merokok sempena bulan ramadan setiap tahun.



24%

Perokok di Malaysia
(NHMS 2015)



0.41 juta

Remaja Menghisap
Rokok (TECMA 2016)

Nombor
Quitline



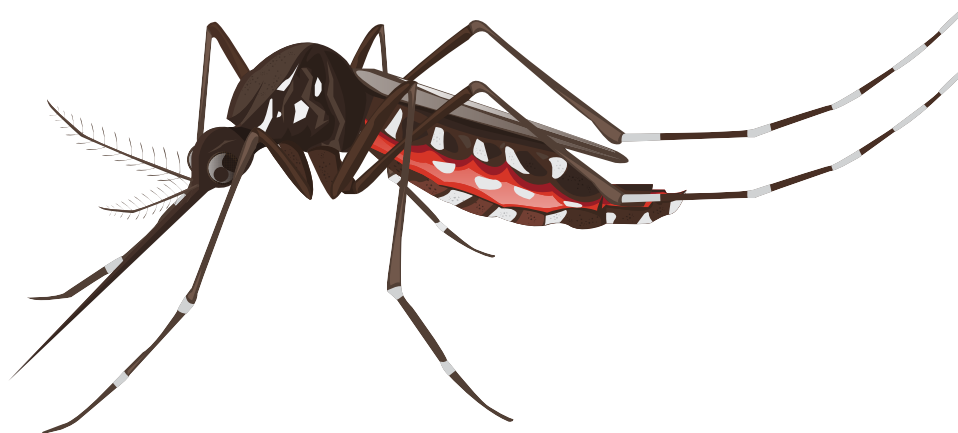
03-8883 4400





COMBI

COMBI ialah singkatan bagi “*Communication for Behavioural Impact*” atau Komunikasi untuk Perubahan Tingkah Laku. COMBI merupakan satu pendekatan dinamik yang menggunakan strategi mobilisasi sosial dan komunikasi untuk mempengaruhi individu, keluarga dan komuniti ke arah perubahan tingkah laku yang sihat untuk pencegahan demam denggi. Ahli COMBI dilatih sebagai agen perubahan dan penggerak komuniti dalam melaksanakan aktiviti pencegahan denggi.



Kem Kesihatan

Kem Kesihatan dirangka khas untuk komuniti dengan matlamat menyampaikan mesej-mesej dan kemahiran berkaitan cara hidup sihat terus kepada kumpulan sasar. Ia merupakan salah satu strategi promosi kesihatan yang melibatkan:

- **Outreach**

Anggota kesihatan pergi terus kepada kumpulan sasar dan mengadakan aktiviti.

- **Engagement**

Komuniti dilibatkan secara langsung dengan pelbagai aktiviti bukan sahaja pemeriksaan kesihatan namun juga aktiviti-aktiviti berbentuk keceriaan, *infotainment* dan pertandingan.

- **Empowerment**

Komuniti diberi kemahiran-kemahiran tertentu dalam aspek kesihatan supaya mereka dapat memperkasakan diri untuk membuat perubahan tingkah laku kesihatan.

3082

Lokality COMBI

63,000

Sukarelawan COMBI

1827

Ketua pasukan COMBI menyertai latihan kepimpinan

Sumber: COMBIs (2017)

2.3 Promosi Kesihatan di Institusi Pendidikan (HEPiLI)

Program Doktor Muda



Doktor Muda merupakan murid sekolah yang terpilih dan terlatih sebagai 'Pembimbing Rakan Sebaya'. Mereka bertindak sebagai pemangkin kepada perubahan pengetahuan, sikap dan amalan kesihatan yang positif dalam kalangan murid sekolah. Pada Mei 2006, Kementerian Pendidikan Malaysia telah

menjadikan program Doktor Muda sebagai salah satu aktiviti kokurikulum di sekolah rendah dan dikenali sebagai Kelab Doktor Muda. Pada tahun 2013 Program Doktor Muda diperluaskan ke sekolah menengah dan pada 2015 dikembangkan ke aliran pendidikan khas (sekolah rendah).

2988

Kelab Doktor Muda Sekolah Rendah

385

Kelab Doktor Muda Sekolah Menengah

125

Tunas Doktor Muda

42

IPT Prosis

Sumber data daripada pencapaian KPI Bahagian Pendidikan Kesihatan 2017

Program Tunas Doktor Muda



Kementerian Kesihatan Malaysia bekerjasama dengan Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM), Jabatan Kemajuan Masyarakat (KEMAS) dan Universiti Putra Malaysia (UPM) dalam membangunkan Program Tunas Doktor Muda. Melalui program ini, kanak-kanak berusia 5 dan 6 tahun dididik dan diasuh dengan kemahiran seperti menjaga kebersihan diri, pemakanan sihat dan selamat, senaman dan aktiviti fizikal, menjaga kesihatan persekitaran dan minda sihat. Program ini selaras dengan Standard Kurikulum Prasekolah sedia ada oleh KPM.

Program IMFree



IMFree merupakan satu program pendidikan dan pencegahan amalan merokok dalam kalangan murid sekolah rendah (Tahun 1 hingga Tahun 6) agar kekal tidak merokok. Program ini adalah kerjasama antara Kementerian Kesihatan Malaysia dengan Kementerian Pendidikan Malaysia. IMFree dilancarkan pada 6 Oktober 2017 di SK Sungai Pinang, Balik Pulau, Pulau Pinang. Sehingga kini 636 buah sekolah rendah melaksanakan Program IMFree.

Program Siswa Sihat (PROSIS)



Berkonsepkan "Dari Siswa, Melalui Siswa, Untuk Siswa", program Siswa Sihat (PROSIS) menggerakkan siswa/i Institusi Pengajian Tinggi Tempatan/Swasta yang dilatih sebagai sukarelawan/rakan siswa/i bagi mempromosi amalan cara hidup yang sihat. Sebagai sukarelawan mereka dilatih untuk menjalankan pelbagai aktiviti promosi kesihatan kepada siswa/i di universiti masing-masing. Sehingga kini terdapat 42 buah IPT telah menubuhkan PROSIS.

2.4 Program Promosi Kesehatan di Tempat Kerja

Merupakan satu inisiatif untuk menggalakkan warga kerja sentiasa aktif di tempat kerja. Aktiviti fizikal di tempat kerja adalah seperti berikut:



**Jom
Guna Tangga**



X-break



**Aktiviti fizikal
berstruktur secara
berkala**



**Aktiviti berjalan
10,000 langkah**

2.5 Program Promosi Kesehatan di Hospital

Promosi Kesehatan di hospital memberi penumpuan kepada aktiviti-aktiviti yang berbentuk pendidikan dalam rawatan dan pemulihan pesakit dan ahli keluarga serta menjalankan aktiviti promosi kesehatan di hospital.

Pendidikan Pesakit

Pendidikan pesakit dilaksanakan dalam pelbagai kaedah sama ada berbentuk kelas pendidikan, perbincangan kumpulan kecil (kumpulan sokongan), nasihat individu, demonstrasi atau tunjuk cara yang melibatkan sesuatu kemahiran serta melalui edaran bahan-bahan pendidikan kepada pesakit. Nasihat dari katil ke katil turut diberikan kepada pesakit dan keluarga yang berada di wad.

Klinik Berhenti Merokok

Klinik Berhenti Merokok (KBM) merupakan perkhidmatan yang disediakan bertujuan membantu dan memudah cara perokok untuk berhenti merokok dengan teknik terapi modifikasi tingkah laku dalam tempoh 6 bulan.



45 buah

**Klinik Berhenti
Merokok di Hospital**

Sasaran 40%

**kadar berjaya
berhenti merokok**

**42% pelanggan
berjaya**

**berjaya berhenti
merokok pada 2017**

3.0 ISU DAN CABARAN PROMOSI KESIHATAN

Dalam era globalisasi ini, promosi kesihatan di Malaysia berhadapan dengan pelbagai cabaran dan isu dalam mempromosikan tingkah laku kesihatan yang baik. Antaranya ialah:



LITERASI KESIHATAN

“MERUPAKAN KEMAHIRAN DALAM Mencari, Memahami, Menilai dan Menggunakan Maklumat Kesihatan yang memberi Impak kepada Proses Membuat Keputusan dalam Kehidupan Sehari-hari Individu Berkaitan dengan Kesihatan Diri”

- Sorensen et. al., 2012 -

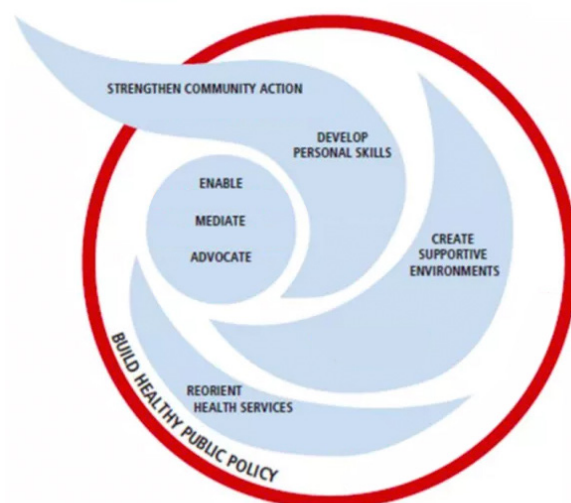


4.0 POLISI BERKAITAN

4.1 OTTAWA CHARTER 1986

Tiga (3) strategi asas promosi kesihatan dalam *Ottawa Charter* iaitu advokasi, pengupayaan dan pengantaraan. Strategi ini disokong oleh lima (5) teras utama dalam pelaksanaan promosi kesihatan.

- Membina polisi awam yang sihat;
- Membentuk persekitaran yang menyokong;
- Menguatkan tindakan komuniti ke arah kesihatan;
- Membangunkan kemahiran individu; dan
- Mengorientasikan semula perkhidmatan kesihatan.



4.2 DEKLARASI JAKARTA 1997

Deklarasi Jakarta 1997 menekankan kepada keperluan pendekatan bersepadu dan komprehensif. Deklarasi Jakarta menyatakan lima (5) keutamaan dalam promosi kesihatan iaitu:

- Menggalakkan tanggungjawab sosial untuk kesihatan;
- Meningkatkan pelaburan untuk pembangunan kesihatan;
- Meluaskan jaringan perkongsian untuk promosi kesihatan;
- Meningkatkan keupayaan komuniti dan memperkasakan individu; serta
- Memastikan infrastruktur untuk promosi kesihatan.



4.3 BANGKOK CHARTER 2005

Bangkok Charter, 2005 merupakan kesinambungan *Ottawa Charter*, 1986. *Bangkok Charter* adalah pelengkap dan strategi baru kepada *Ottawa Charter*. *Bangkok Charter* menyatakan untuk menjadikan dunia ini sejahtera, promosi kesihatan hendaklah fokus kepada lima (5) strategi:

- Membina jaringan kerjasama dan perkongsian pintar dengan organisasi swasta, bukan swasta, bukan kerajaan atau antarabangsa;
- Melabur untuk dasar, tindakan dan infrastruktur untuk menangani isu kesihatan;
- Membina kapasiti untuk pembangunan dasar, amalan promosi kesihatan dan literasi kesihatan;
- Membentuk peraturan dan perundangan untuk kesihatan dan kesejahteraan sejagat; dan
- Advokasi kesihatan berdasarkan hak asasi manusia dan perpaduan sejagat.



4.4 RANCANGAN MALAYSIA KE-11 (RMK-11)

Teras Strategik

RMK-11 mengandungi enam teras strategik. Di dalam Teras Strategik 2: Meningkatkan Kesejahteraan Rakyat; Bidang Fokus A: Mencapai akses sejagat kepada penjagaan kesihatan berkualiti merupakan bidang fokus yang diselaraskan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia yang mengandungi empat strategi:

1. Meningkatkan sokongan yang bersasar, khususnya bagi masyarakat yang kurang mendapat akses kepada perkhidmatan.
2. Menambah baik sistem penyampaian untuk *outcome* kesihatan yang lebih baik.
3. Memperluas kapasiti bagi meningkatkan akses kepada perkhidmatan penjagaan kesihatan.
4. Mempergiat kerjasama antara sektor awam dan swasta serta NGO untuk meningkatkan kesedaran kesihatan.



4.5 SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS (SDGs) 2030

SDGs 2030 juga dikenali Agenda 2030, mengandungi 17 matlamat, 169 sasaran dan 231 indikator yang dipantau. Matlamat 3 (*Good Health and Well-being*) adalah agenda kesihatan.



4.6 GLOBAL ACTION PLAN FOR THE PREVENTION & CONTROL OF NCDs 2013-2020

Situasi semasa dunia menunjukkan beban penyakit tidak berjangkit seperti diabetis, darah tinggi, kanser, obesiti semakin tinggi. Pertubuhan Kesihatan Sedunia menyediakan *Global Action Plan for The Prevention & Control of NCDs 2013-2020* untuk mendapatkan komitmen negara-negara yang menganggotai untuk menangani isu penyakit tidak berjangkit. Pelan tindakan ini mengandungi sembilan (9) sasaran global untuk dicapai.



Target 1: A 25% relative reduction in the overall mortality from cardiovascular diseases, cancer, diabetes, or chronic respiratory diseases.



Target 1: A 25% relative reduction in the overall mortality from cardiovascular diseases, cancer, diabetes, or chronic respiratory diseases.



Target 3: A 10% relative reduction in prevalence of insufficient physical activity.



Target 4: A 30% relative reduction in mean population intake of salt/sodium.



Target 5: A 30% relative reduction in prevalence of current tobacco use in persons aged 15+ years.



Target 6: A 25% relative reduction in the prevalence of raised blood pressure or contain the prevalence of raised blood pressure, according to national circumstances.



Target 7: Halt the rise in diabetes and obesity



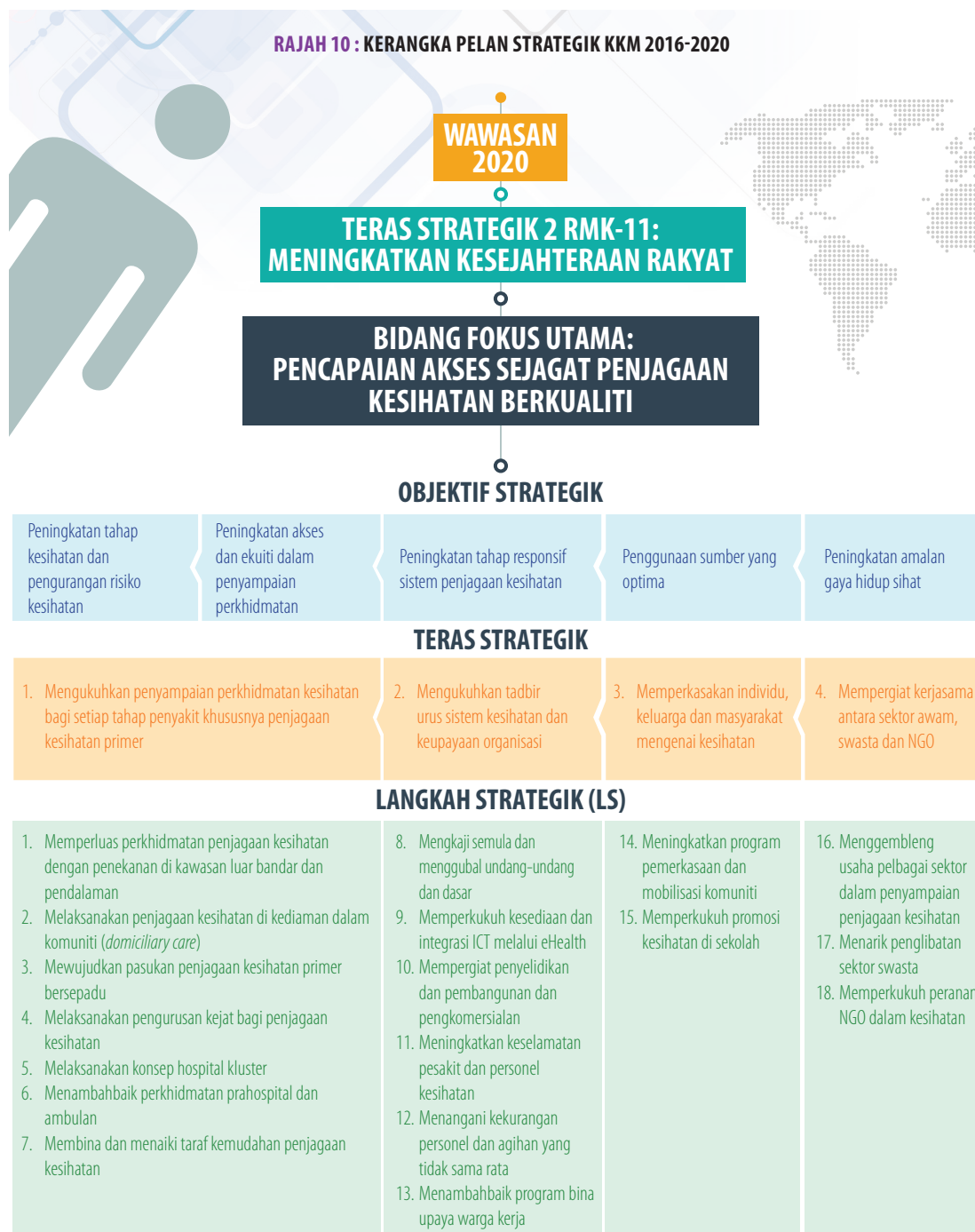
Target 8: At least 50% of eligible people receive drug therapy and counselling (including glycaemic control) to prevent heart attacks and strokes.



Target 9: An 80% availability of the affordable basic technologies and essential medicines, including generics, required to treat major NCDs in both public and private facilities.

4.7 PELAN STRATEGIK KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA 2016-2020

Pelan Strategik KKM 2016-2020 merupakan perancangan strategik organisasi KKM yang digunakan dalam tempoh lima tahun. Pelan ini menjadi dokumen rujukan utama bagi perancangan aktiviti dan program KKM. Dokumen ini dibangunkan berlandaskan perancangan kerajaan (termasuk RMK-11), Pelan Transformasi Perkhidmatan Kesihatan serta mengambil kira perancangan *Outcome Based Budgeting (OBB)* KKM. Pelan Strategik ini memberi penekanan kepada *outcome* dan output program dan aktiviti yang memberi impak bagi memastikan akses penjagaan kesihatan yang berkualiti diperolehi oleh rakyat.



5.0 HALA TUJU PELAN STRATEGIK PROMOSI KESIHATAN 2018-2020

Pelan Strategik Promosi Kesihatan dibangunkan sejajar dengan visi dan misi Kementerian Kesihatan seiring agenda negara untuk meningkatkan kesejahteraan rakyat.



5.1 VISI DAN MISI

VISI

Menjadi pusat kecemerlangan dalam promosi kesihatan untuk memupuk amalan cara hidup sihat dalam kalangan rakyat Malaysia

MISI

- i. Menyebarkan mesej promosi kesihatan dengan tepat, cukup dan sesuai dan boleh diakses oleh rakyat Malaysia
- ii. Menjadikan rakyat Malaysia sihat melalui pemeraksanaan dan mobilisasi komuniti untuk membolehkan mereka bertindak ke atas penentu kesihatan
- iii. Memupuk budaya amalan cara hidup sihat melalui bina upaya kemahiran rakyat Malaysia
- iv. Membina kolaborasi dan perkongsian pintar antara sektor awam, swasta dan pertubuhan bukan kerajaan (NGO) untuk bersama-sama mempromosikan kesihatan kepada rakyat Malaysia

5.2 TERAS STRATEGIK



Teras 1: Meningkatkan akses rakyat kepada maklumat kesihatan menerusi teknologi komunikasi

Penggunaan media sosial yang optimum dalam penyebaran maklumat kesihatan agar rakyat dapat mengakses kepada maklumat kesihatan dengan cepat, tepat dan betul.



Teras 2: Mengukuhkan kemahiran cara hidup sihat rakyat

Memperkasa komuniti dan individu dengan mendaya upaya mereka melalui latihan kemahiran cara hidup sihat mengikut keperluan kumpulan sasaran.



Teras 3: Memantapkan program promosi kesihatan

Perkhidmatan promosi kesihatan disediakan mengikut setting komuniti, sekolah dan tempat kerja agar setiap rakyat dapat didedahkan, menerima dan menyertai bersama-sama program promosi kesihatan.



Teras 4: Mewujudkan persekitaran yang sihat yang menyokong polisi kesihatan

Menyediakan infrastruktur dan polisi kesihatan dalam memastikan dan memudahkan serta menggalakkan rakyat untuk mengamalkan cara hidup sihat. Advokasi pemegang taruh untuk menyokong usaha-usaha dalam promosi kesihatan.

Teras 5: Memantapkan organisasi dan sumber manusia promosi kesihatan

Organisasi dan tadbir urus yang berkualiti adalah penting dalam menyokong pencapaian visi, misi dan teras strategik dan keberhasilan yang direncanakan dalam Pelan Strategik Promosi Kesihatan 2018-2020

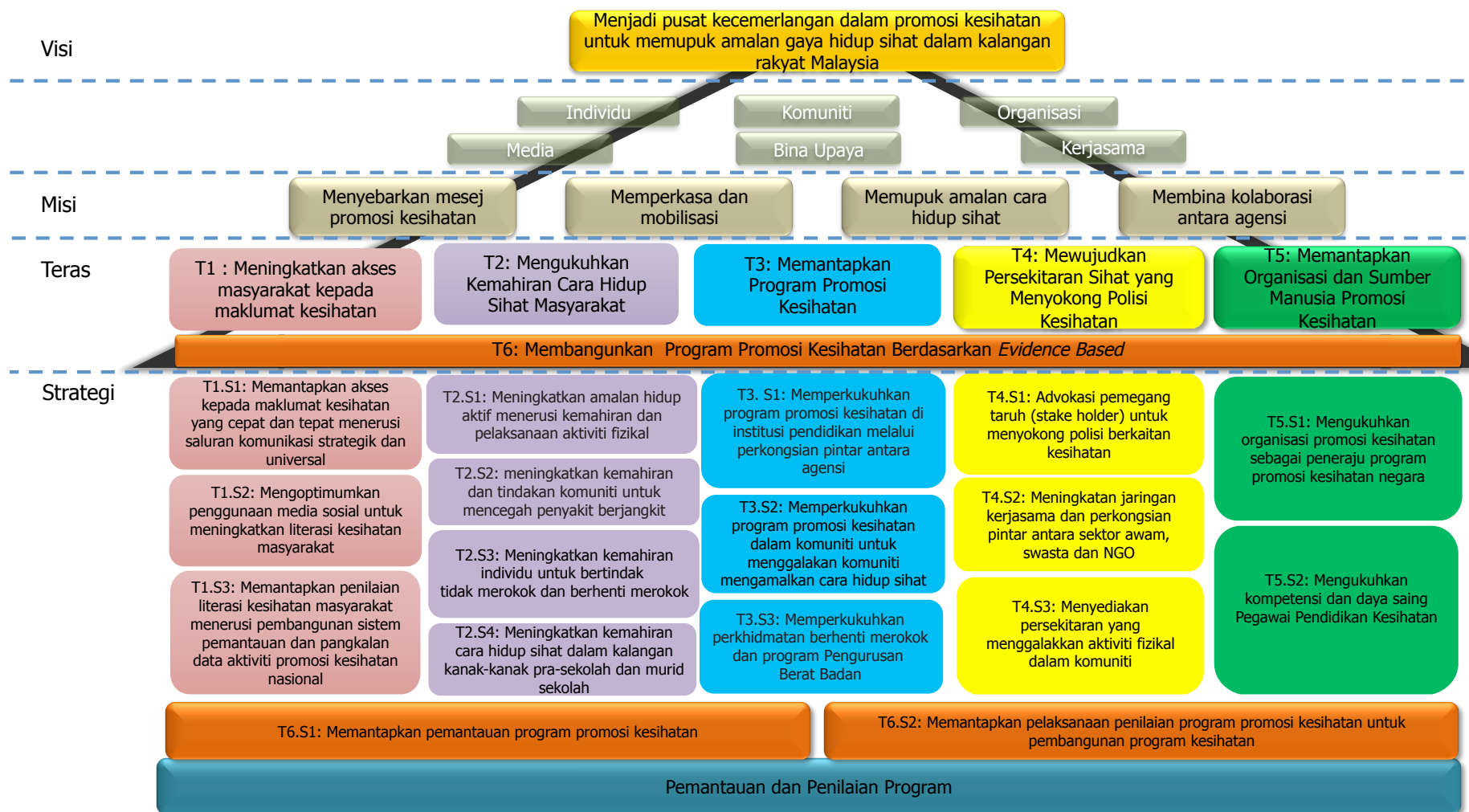


Teras 6: Pembangunan program promosi kesihatan berdasarkan evidence based

Mengenal pasti potensi dan keperluan pelaksanaan kajian tingkah laku dan promosi kesihatan untuk pembangunan program yang memenuhi keperluan rakyat dan isu semasa dan menggalakkan pelaksanaan kajian intervensi dalam kalangan pegawai pendidikan kesihatan untuk melihat outcome dan impak program yang dibangunkan.



5.3 KERANGKA HALA TUJU STRATEGIK 2018-2020

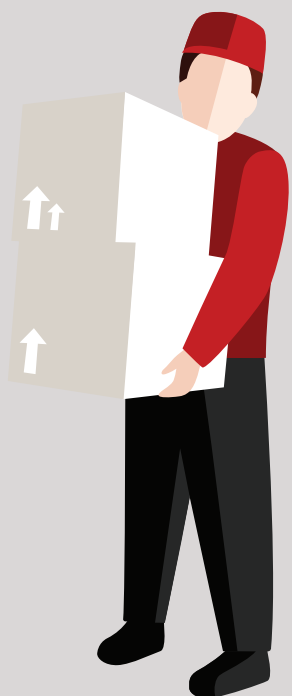


6.0 PELAN TINDAKAN STRATEGIK 2018-2020

Pelan Tindakan Promosi Kesihatan dibangunkan berdasarkan keutamaan Kementerian Kesihatan Malaysia, petunjuk prestasi, Sustainable Development Goals (SDG's) dan dapatan kajian utama seperti Tinjauan Morbiditi Kesihatan Kebangsaan (NHMS). Pelan tindakan ini dijadikan rujukan dan panduan kepada perancangan dan pelaksanaan aktiviti promosi di bahagian, negeri, daerah dan hospital. Pelan tindakan strategik promosi kesihatan dibahagikan kepada dua bidang fokus iaitu fokus utama aktiviti promosi kesihatan dan fokus pengukuhan program promosi kesihatan.

Fokus utama program promosi kesihatan:

- 1 • Meningkatkan akses rakyat kepada maklumat kesihatan
- 2 • Memperkasa individu dan komuniti untuk membudayakan cara hidup sihat
- 3 • Meningkatkan penjagaan kesihatan kumpulan sasar melalui program intervensi



Fokus pengukuhan program promosi kesihatan:

- 1 • Memantap dan memperluaskan aktiviti promosi kesihatan
- 2 • Mewujudkan persekitaran yang menyokong polisi kesihatan
- 3 • Memantapkan organisasi promosi kesihatan



6.1 FOKUS UTAMA PROGRAM

FOKUS UTAMA 1: MENINGKATKAN AKSES RAKYAT KEPADA MAKLUMAT KESIHATAN

Teras 1 (T1): Meningkatkan akses rakyat kepada maklumat kesihatan

Strategi (S)	Aktiviti
T1.S1: Memantapkan akses kepada maklumat kesihatan yang cepat dan tepat menerusi saluran komunikasi strategik dan universal	Memantapkan fungsi operasi media sosial melalui pemerksaan pasukan media khas media sosial promosi kesihatan
	Menambahbaik penyampaian kandungan Portal MyHealth dan Infosihat supaya lebih kontemporari
T1.S2: Mengoptimumkan penggunaan media sosial untuk meningkatkan literasi kesihatan rakyat	Meningkatkan penyaluran mesej-mesej kesihatan dengan menggunakan pendekatan komunikasi bersepadu dan strategik
	Mewujudkan sinergi dan jalinan rangkaian, perkongsian pintar dan penglibatan <i>player/ influencer</i> media sosial dalam penyebaran maklumat kesihatan
	Membangunkan aplikasi mudah alih, QR code dan penerbitan bahan promosi digital
T1.S3: Memantapkan penilaian literasi kesihatan menerusi pembangunan sistem pemantauan dan pengkalan data aktiviti promosi kesihatan nasional	Mewujudkan sistem pemantauan dan penilaian aktiviti promosi kesihatan menerusi teknologi komunikasi
	Mewujudkan sistem pemantauan pangkalan data literasi kesihatan berkala
T4: Mewujudkan persekitaran yang sihat yang menyokong polisi kesihatan	
T4.S2: Meningkatkan jaringan kerjasama dan perkongsian pintar dengan sektor awam-swasta-NGO	Kolaborasi dengan agensi berkaitan dalam penyebaran mesej kesihatan.

FOKUS UTAMA 2: MEMPERKASA INDIVIDU DAN KOMUNITI UNTUK MEMBUDAYAKAN CARA HIDUP SIHAT

Teras 2 (T2): Mengukuhkan kemahiran cara hidup sihat rakyat

Strategi (S)	Aktiviti
T2.S1: Meningkatkan amalan hidup aktif rakyat menerusi kemahiran dan pelaksanaan aktiviti fizikal	Membina upaya anggota kesihatan dan komuniti sebagai penggerak aktiviti fizikal (AF)
	Memperkasa ahli Kelab Doktor Muda dan PROSIS sebagai penggerak aktiviti fizikal (AF)
	Melaksana aktiviti fizikal berstruktur dalam komuniti dan tempat kerja
	Memantau aktiviti fizikal penjawat awam KKM melalui aplikasi BookDoc
	Menggalakan pelaksanaan aktiviti fizikal yang berkala di sekolah melalui penggerak AF Doktor Muda yang dilatih.
	Menggalakan pelaksanaan aktiviti fizikal yang berkala di IPT melalui penggerak AF PROSIS yang dilatih.
	Melaksanakan projek khas hidup aktif di IPT melalui PROSIS
T2.S2: Mengukuhkan kemahiran dan tindakan komuniti untuk mencegah penyakit berjangkit	Membina upaya ketua komuniti/ ahli COMBI dalam kemahiran merancang dan mengurus aktiviti promosi pencegahan demam denggi dalam komuniti.
	Memberi pengiktirafan kepada komuniti yang aktif dalam melaksanakan aktiviti promosi kesihatan dan pencegahan penyakit berjangkit.
	Memperkasa komuniti sekolah dan IPT untuk melaksanakan aktiviti pencegahan demam denggi.
T2.S2: Mengukuhkan kemahiran dan tindakan komuniti untuk mencegah penyakit berjangkit	Membina upaya ketua komuniti/ COMBI dalam kemahiran merancang dan mengurus aktiviti promosi pencegahan demam denggi dalam komuniti.
	Memberi pengiktirafan kepada komuniti yang aktif dalam melaksanakan aktiviti promosi kesihatan dan pencegahan penyakit berjangkit.
	Memperkasa komuniti sekolah dan IPT untuk melaksanakan aktiviti pencegahan demam denggi.

T4: Mewujudkan persekitaran yang sihat yang menyokong polisi kesihatan

Strategi (S)	Aktiviti
T4.S1: Advokasi pemegang taruh (<i>stake holder</i>) untuk menyokong polisi berkaitan kesihatan	<p>Menubuhkan Jawatankuasa Hidup Aktif Kebangsaan (NASPAL).</p> <p>Mengadvokasi pemegang taruh berkaitan dasar NASPAL melalui sesi <i>engagement</i>.</p>
T4.S2: Meningkatkan jaringan kerjasama dan perkongsian pintar antara sektor awam, swasta dan NGO.	<p>Memperkasa agensi awam, swasta dan NGO untuk adaptasi inisiatif NASPAL.</p> <p>Menggalakkan agensi swasta dan NGO bekerjasama dalam program promosi kesihatan.</p>
T4.S3: Menyediakan persekitaran yang menggalakkan aktiviti fizikal dalam komuniti	<p>Meningkatkan kerjasama dengan agensi berkaitan untuk membangunkan papan tanda berinformasi kesihatan di taman rekreasi/ laluan berjalan kaki.</p> <p>Membangunkan direktori instruktur/penggerak kecergasan.</p> <p>Melaksanakan Kempen Hidup Aktif : "<i>When Active Living Kicks</i>" (WALK).</p>

FOKUS UTAMA 3: MENINGKATKAN PENJAGAAN KESIHATAN KUMPULAN SASAR MELALUI PROGRAM INTERVENSI TINGKAH LAKU KESIHATAN

T3: Memantapkan Program Promosi Kesihatan

Strategi (S)	Aktiviti
<p>T3.S3: Memperkukuhkan Program Pengurusan Berat Badan dan Perkhidmatan Berhenti Merokok</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mengukuhkan intervensi penurunan berat badan (IFitEr) dengan melatih Pegawai Pendidikan Kesihatan dengan Modul Modifikasi Tingkah Laku Kesihatan • Melaksanakan intervensi pengurusan berat badan di institusi pendidikan • Meningkatkan penglibatan agensi awam (termasuk JKN, PKD, KK dan Hospital) dan swasta melaksanakan Intervensi Pengurusan Berat Badan (IFitEr) • Melaksanakan Intervensi PBB (IFitEr) untuk komuniti di semua Pusat Promosi Kesihatan Komuniti (PPKK) • Melaksanakan penilaian tingkahlaku kepada setiap peserta intervensi (IFitEr) sebelum dan selepas mengikuti intervensi • Melaksanakan intervensi modifikasi tingkah laku dalam kalangan peserta
<p>T3.S3: Memperkukuhkan Program Pengurusan Berat Badan dan Perkhidmatan Berhenti Merokok</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Meningkatkan kemahiran dan kecekapan Pegawai Pendidikan Kesihatan dalam mengendalikan Klinik Berhenti Merokok di Hospital • Melaksanakan intervensi modifikasi tingkah laku dalam kalangan pelanggan KBM untuk berhenti merokok • Menambah baik sistem rujukan pesakit ke Klinik Berhenti Merokok (KBM) Hospital untuk meningkatkan kehadiran pelanggan KBM • Menaiktaraf infoline berhenti merokok kepada <i>quitline</i> • Membangunkan Klinik Berhenti Merokok di Bahagian Pendidikan Kesihatan

6.2 FOKUS PENGUKUHAN

FOKUS PENGUKUHAN 1: MEMANTAP DAN MEMPERLUASKAN AKTIVITI PROMOSI KESIHATAN

Aktiviti Pengukuhan 1.1 :

Mempromosikan amalan cara hidup sihat melalui pelaksanaan Program Doktor Muda di sekolah rendah dan menengah

Aktiviti Pengukuhan 1.2 :

Memperluaskan Program Tunas Doktor Muda di TABIKA KEMAS dan Pra Sekolah untuk promosi kemahiran amalan cara hidup sihat

Aktiviti Pengukuhan 1.3 :

Repackage program PROSTAR

Aktiviti Pengukuhan 1.4 :

Membangunkan instrumen untuk mengukur tahap resilien remaja

Aktiviti Pengukuhan 1.5 :

Memantapkan Program Siswa Sihat (PROSIS) di IPT

Aktiviti Pengukuhan 1.6 :

Mengukuhkan Pusat Promosi Kesihatan Komuniti (PPKK) untuk meningkatkan amalan cara hidup sihat

Aktiviti Pengukuhan 1.7 :

Mengukuhkan Program Bebas Asap Rokok di Sekolah

FOKUS PENGUKUHAN 2: MEWUJUDKAN PERSEKITARAN YANG MENYOKONG

Aktiviti Pengukuhan 2.1:

Menubuhkan jawatankuasa utama untuk promosi kesihatan

Aktiviti Pengukuhan 2.2:

Memperkasa Pertubuhan Bukan Kerajaan (NGO) untuk melaksanakan aktiviti promosi kesihatan

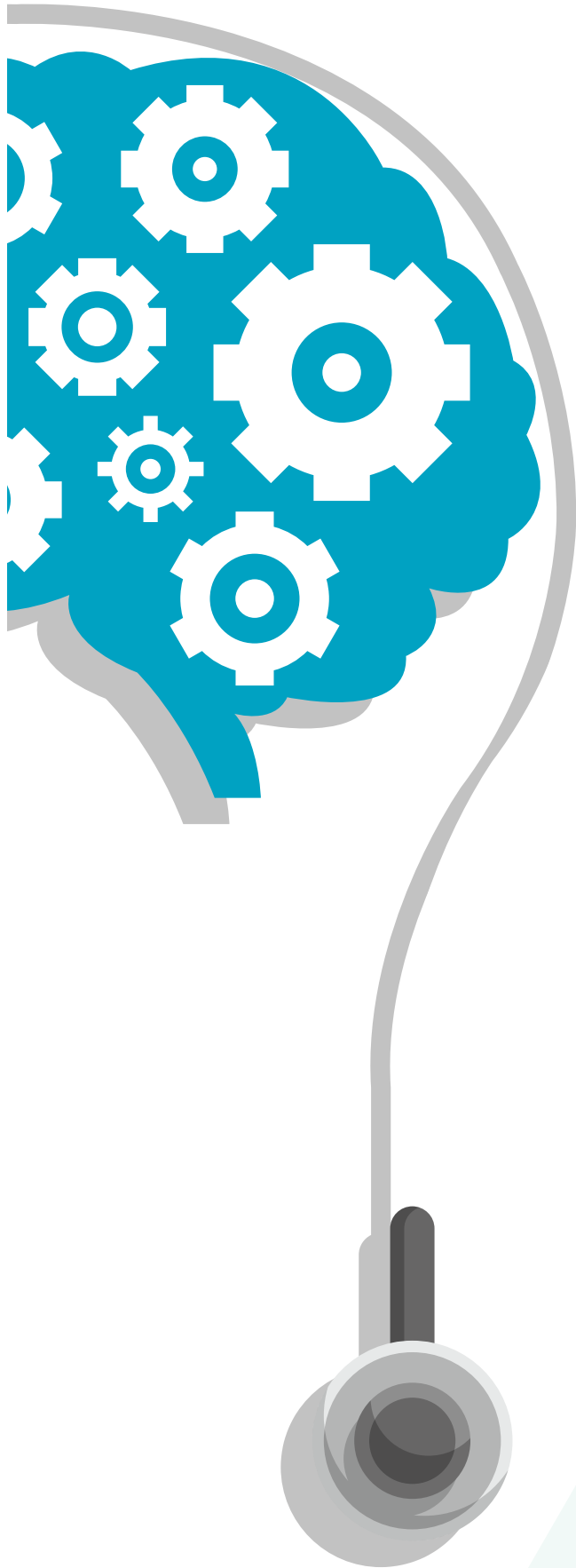
Aktiviti Pengukuhan 2.3:

Menyokong sektor swasta dalam melaksanakan tanggungjawab sosial korporat (CSR)

Aktiviti Pengukuhan 2.4:

Meningkatkan kerjasama antara sektor awam





FOKUS PENGUKUHAN 3: MENGUKUHKAN ORGANISASI PROMOSI KESIHATAN

Aktiviti Pengukuhan 3.1 :

Meningkatkan kompetensi dan kepakaran Pegawai Pendidikan Kesihatan

Aktiviti Pengukuhan 3.2 :

Mengambil inisiatif untuk mewujudkan lebih banyak peluang perkembangan kerjaya dalam bidang promosi kesihatan mengikut perkembangan dan keperluan semasa

Aktiviti Pengukuhan 3.3 :

Membangunkan Pelan Strategi Promosi Kesihatan Kebangsaan

Aktiviti Pengukuhan 3.4:

Menggalakan budaya inovasi dalam bidang promosi kesihatan

Aktiviti Pengukuhan 3.5 :

Meningkatkan kerjasama dengan NIH dalam pelaksanaan kajian terutamanya dalam tingkah laku kesihatan.

Aktiviti Pengukuhan 3.6 :

Kolaborasi dengan universiti dalam pelaksanaan kajian

Aktiviti Pengukuhan 3.7 :

Berkongsi dapatan kajian antara pegawai pendidikan kesihatan melalui pembentangan di mesyuarat teknikal dan persidangan

Aktiviti Pengukuhan 3.8 :

Meningkatkan pelaksanaan penilaian program promosi kesihatan dan intervensi perubahan tingkahlaku dilaksanakan

Aktiviti Pengukuhan 3.9 :

Meningkatkan aktiviti pemantauan program promosi kesihatan

7.0 PEMANTAUAN

Pencapaian Pelan Strategik dipantau setiap tahun manakala indikator petunjuk prestasi utama (KPI) dipantau sebanyak dua kali setahun.



INDIKATOR PROSES

- Bilangan latihan bina upaya penggerak aktiviti fizikal dilaksanakan
- Bilangan latihan *team* aktiviti fizikal
- Bilangan NGO dilatih
- Bilangan program intervensi dilaksanakan
- Bilangan latihan guru penyelaras Doktor Muda dengan modul Program Doktor Muda
- Bilangan sekolah menyertai Program Doktor Muda
- Bilangan sekolah melaksanakan Program IMFree
- Bilangan Tabika KEMAS dan Prasekolah menyertai Program Tunas Doktor Muda
- Bilangan lokaliti COMBI ditubuhkan
- Bilangan aktiviti resilien
- Bilangan penggerak aktiviti fizikal
- Bilangan *apps* promosi kesihatan dibangunkan
- Bilangan infografik dan video diterbitkan dan diupload di media sosial
- Bilangan isi kandungan portal diupload
- Bilangan aktiviti pendidikan kesihatan dilaksanakan oleh anggota kesihatan (SISPEK)
- Bilangan hospital melaksanakan Klinik Berhenti Merokok
- Bilangan PPKK ditubuhkan
- Bilangan program intervensi PBB

INDIKATOR OUTPUT

- Bilangan guru dilatih
- Bilangan penggerak aktiviti fizikal
- Bilangan *team* aktiviti fizikal ditubuhkan
- Bilangan aktiviti fizikal dilaksanakan dalam komuniti dan ditempat kerja
- Bilangan ahli kelab Doktor Muda dan PROSIS
- Bilangan murid menyertai Program IMFree
- Bilangan aktiviti KDM, PROSIS, Tunas Doktor Muda dan IMFree dilaksanakan
- Bilangan komuniti menyertai aktiviti fizikal
- Bilangan pemimpin COMBI dan komuniti dilatih
- Bilangan agensi swasta membuat CSR dalam program promosi kesihatan
- Bilangan NGO yang dilatih melaksanakan program intervensi/aktiviti promosi kesihatan
- Bilangan remaja menyertai program resilien
- Bilangan aktiviti pencegahan demam denggi dilaksanakan oleh pasukan COMBI/ komuniti yang dilatih
- Bilangan *views youtube* MyHEALTH
- Bilangan hit portal MyHEALTH
- Bilangan *like* dan *share* media sosial
- Bilangan pelanggan Klinik Berhenti Merokok dan pelanggan yang tetapkan tarikh berhenti merokok
- Bilangan peserta intervensi PBB

JANGKAAN KEBERHASILAN (OUTCOME)

- Peningkatan aktiviti fizikal dalam kalangan rakyat
- Peningkatan perokok berhenti merokok
- Peratus murid tidak mempunyai niat untuk merokok
- Tahap literasi kesihatan yang baik
- Tahap resilien yang baik dalam kalangan remaja
- Penurunan kadar tingkah laku risiko dalam kalangan remaja
- Peningkatan amalan cara hidup sihat
- Peningkatan pengetahuan murid terhadap cara hidup sihat
- Peratus penurunan berat badan dalam kalangan peserta yang menyertai intervensi pengurusan berat badan
- Peningkatan aktiviti promosi dan pencegahan demam denggi oleh komuniti
- Penurunan lokaliti COMBI menjadi lokaliti wabak

8.0 PELAN PELAKSANAAN PROMOSI KESIHATAN KEBANGSAAN 2018-2020

8.1 FOKUS UTAMA 1: MENINGKATKAN AKSES RAKYAT KEPADA MAKLUMAT KESIHATAN

A. Media Kesihatan

TERAS 1: Meningkatkan akses rakyat kepada maklumat kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 1: Memantapkan akses kepada maklumat kesihatan yang cepat dan tepat menerusi saluran komunikasi Strategi dan universal	Memantapkan fungsi operasi media sosial melalui pemerksaan pasukan media khas media sosial promosi kesihatan.	Bilangan pasukan khas media sosial yang ditubuhkan	Pemantapan fungsi operasi media sosial	1			Bahagian Pendidikan Kesihatan (Media Kesihatan)
		Bilangan <i>person incharge</i> / pasukan dedikasi media sosial negeri yang telah dikenalpasti		15			Unit Promosi Kesihatan Negeri
	Menambahbaik penyampaian kandungan Portal MyHealth dan Infosihat supaya lebih kontemporari	Bilangan <i>hits</i> pengguna Portal MyHEALTH	Peningkatan kualiti dan kreativiti penyaluran mesej-mesej kesihatan dan penyampaiaian perkhidmatan promosi kesihatan menerusi teknologi komunikasi	1.5j	1.575j	1.65j	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Media Kesihatan)
		Bilangan terbitan <i>e-magazine</i>		6	6	6	
		Bilangan <i>e-book</i> yang dihasilkan		1	1	1	

TERAS 1: Meningkatkan akses rakyat kepada maklumat kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 2: Mengoptimumkan penggunaan media sosial untuk meningkatkan literasi kesihatan rakyat	Meningkatkan penyaluran mesej-mesej kesihatan dengan menggunakan pendekatan komunikasi bersepadu dan strategi	Bilangan <i>post</i> mesej kesihatan di media sosial peringkat kebangsaan	Peningkatan tahap literasi kesihatan rakyat menerusi pendedahan kepada maklumat kesihatan melalui saluran komunikasi bersepadu dan strategi	400	500	600	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Media Kesihatan)
		Bilangan <i>post</i> mesej kesihatan di media sosial oleh pasukan media sosial negeri		1560	1560	1560	UPK Negeri
		Bilangan infografik yang dimuat naik di media sosial		300	300	300	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Media Kesihatan)
		Bilangan bual bicara kesihatan berjadual di televisyen		36	36	36	
		Bilangan bual bicara kesihatan berjadual di radio kebangsaan		96	96	96	UPK Negeri
		Bilangan bual bicara kesihatan berjadual di radio negeri (local radio)		780	780	780	
		Bilangan artikel kesihatan di akhbar/ majalah <i>online</i> (luar)		12	12	12	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Media Kesihatan)
	Mewujudkan sinergi dan jalinan rangkaian, perkongsian pintar dan penglibatan <i>player/ influencer</i> media sosial dalam penyebaran maklumat kesihatan	Bilangan <i>reach</i> dan <i>engagement</i> di media sosial promosi kesihatan	Penyebarluasan penyampaian mesej-mesej kesihatan menerusi media sosial secara strategi	12 juta	13 juta	14 juta	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Media Kesihatan) dan Unit Promosi Negeri dan Hospital
		Bilangan <i>followers</i> di media sosial promosi kesihatan		+4,000	+4,000	+4,000	
		Bilangan <i>likes</i> di media sosial promosi kesihatan		+5,000	+5,000	+5,000	
		Bilangan <i>views</i> (youtube) di media sosial promosi kesihatan		+1.5 juta	+1.5 juta	+1.5 juta	

TERAS 1: Meningkatkan akses rakyat kepada maklumat kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 2: Mengoptimumkan penggunaan media sosial untuk meningkatkan literasi kesihatan rakyat	Membangunkan aplikasi mudah alih, QR code dan penerbitan bahan promosi digital	Bilangan aplikasi mudah alih yang ditambahbaik	promosi kesihatan menerusi teknologi komunikasi		1	1	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Media Kesihatan) dan Unit Promosi Negeri dan Hospital
		Peratus liputan komuniti yang memuat turun aplikasi kesihatan			5%	10%	
		Bilangan QR <i>code</i> dibangunkan untuk diletakkan pada bahan promosi kesihatan		1			
T1.S3: Memantapkan penilaian literasi kesihatan menerusi pembangunan sistem pemantauan dan pengkalan data aktiviti promosi kesihatan nasional	Mewujudkan sistem pemantauan dan penilaian aktiviti promosi kesihatan menerusi teknologi komunikasi	Bilangan sistem pemantauan socmed dibangunkan	Pemantapan sistem pemantauan promosi kesihatan menerusi teknologi komunikasi yang efisien untuk pemantapan literasi kesihatan rakyat	1			Bahagian Pendidikan Kesihatan (Media Kesihatan)
		Bilangan laporan/ analisis yang dilaporkan		12	12	12	
TERAS 4: Mewujudkan persekitaran yang sihat yang menyokong polisi kesihatan							
Strategi 1; Meningkatkan jaringan kerjasama dan perkongsian pintar dengan sektor awam-swasta-NGO	Kolaborasi dengan agensi berkaitan dalam penyebaran mesej kesihatan	Bilangan agensi yang berkolaborasi dalam penyebaran mesej di media massa (Denggi)	Peningkatan agensi bekerjasama dalam program promosi kesihatan	5	10	15	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Mobilisasi Komuniti) dan Unit Promosi Kesihatan Negeri
		Bilangan mesej yang disebarikan		10	20	30	

B. Literasi Kesihatan

Teras 1: Meningkatkan akses rakyat kepada maklumat kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 3: Memantapkan penilaian literasi kesihatan rakyat menerusi pembangunan sistem pemantauan dan pengkalan data aktiviti promosi kesihatan nasional	Mewujudkan sistem pemantauan pengkalan data literasi kesihatan rakyat berkala	Bilangan instrumen pengukuran literasi kesihatan rakyat	Pemantapan sistem pemantauan dan penilaian aktiviti promosi kesihatan menerusi teknologi komunikasi yang efisien untuk pemantapan literasi kesihatan rakyat	1			Bahagian Pendidikan Kesihatan (Dasar & Perancangan Strategik)
		Bilangan kajian literasi kesihatan kebangsaan (menerusi NHMS 2019)			1		
		Bilangan laporan dan analisa literasi kesihatan Malaysia				1	

FOKUS UTAMA 2: MEMPERKASA INDIVIDU DAN KOMUNITI UNTUK MEMBUDAYAKAN CARA HIDUP SIHAT

C. Aktiviti Fizikal dalam Komuniti dan Tempat Kerja

TERAS 2: Mengukuhkan kemahiran cara hidup sihat rakyat	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 1: Meningkatkan amalan hidup aktif menerusi kemahiran dan pelaksanaan aktiviti fizikal	Membina upaya anggota kesihatan dan komuniti sebagai penggerak aktiviti fizikal (AF)	Bilangan anggota kesihatan dilatih (daerah penggerak) sebagai instruktur kecergasan	Peningkatan aktiviti promosi hidup aktif di pelbagai setting menerusi bina upaya		41		Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan UPK Negeri
		Bilangan penggerak aktiviti fizikal dalam komuniti yang dilatih		400		410	
Strategi 2: Meningkatkan amalan hidup aktif menerusi kemahiran dan pelaksanaan aktiviti fizikal	Melaksana aktiviti fizikal berstruktur dalam komuniti , dan tempat kerja	Bilangan aktiviti fizikal berstruktur dilaksanakan oleh penggerak AF dalam komuniti	Peningkatan prevalen rakyat Malaysia yang hidup aktif	5048	5248	5448	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan UPK Negeri
		Peratusan penglibatan komuniti dalam aktiviti fizikal		1%	2%	3%	
		Bilangan aktiviti fizikal berstruktur dilaksanakan di tempat kerja		1848	2048	2248	
		Peratusan penglibatan warga kerja dalam aktiviti fizikal yang dilaksanakan di tempat kerja		2%	2%	2%	
	Memantau aktiviti fizikal penjawat awam KKM melalui aplikasi BookDoc	Peratus warga KKM memuat turun aplikasi BookDoc	Peningkatan prevalen warga KKM hidup aktif	60%	70%	80%	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan UPK Negeri
		Peratus warga KKM aktif dengan mencapai tahap <i>gold / platinum</i> dalam aplikasi BookDoc		50%	60%	70%	

TERAS 4: Mewujudkan persekitaran yang sihat yang menyokong polisi kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 3: Menyediakan persekitaran yang menggalakkan aktiviti fizikal dalam komuniti	Meningkatkan kerjasama dengan agensi berkaitan untuk membangunkan papan tanda berinformasi kesihatan di taman rekreasi/ laluan berjalan kaki	Bilangan PBT yang bekerjasama untuk membangunkan papan tanda berinformasi	Peningkatan agensi-agensi berkaitan bekerjasama dalam inisiatif NASPAL	1	15	15	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan Unit Promosi Kesihatan Negeri
		Bilangan laluan (trak) 10,000 langkah diwujudkan		6500	7000	7500	
	Membangunkan direktori instruktur/ penggerak kecergasan	Bilangan direktori penggerak aktiviti fizikal/instruktur kecegasan peringkat kebangsaan dibangunkan		1			
		Bilangan direktori penggerak aktiviti fizikal/instruktur kecergasan peringkat negeri dibangunkan			15		

D. Aktiviti Fizikal di HEPiLI (Institusi Pendidikan)

TERAS 2: Mengukuhkan kemahiran cara hidup sihat rakyat	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 1: Meningkatkan amalan hidup aktif menerusi kemahiran dan pelaksanaan aktiviti fizikal	Memperkasa ahli Kelab Doktor Muda (DM) dan PROSIS sebagai penggerak aktiviti fizikal (AF)	Bilangan instruktur kecergasan DM yang dilatih (SR dan SM)	Peningkatan aktiviti promosi hidup aktif di pelbagai <i>setting</i> menerusi bina upaya	1416	1416	1416	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan UPK Negeri
		Bilangan instruktur kecergasan PROSIS yang dilatih		150	150	150	
Strategi 2: Meningkatkan amalan hidup aktif menerusi kemahiran dan pelaksanaan aktiviti fizikal	Mengalakkan pelaksanaan aktiviti fizikal yang berkala di sekolah dan IPT melalui penggerak AF DM yang dilatih	Bilangan aktiviti fizikal berstruktur dilaksanakan di Sekolah Kelab Doktor Muda SR	Peningkatan prevalen rakyat Malaysia yang hidup aktif	2500	3680	4860	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan UPK Negeri
		Bilangan KDM sekolah rendah melaksanakan aktiviti fizikal		500	736	972	
		Peratus penglibatan rakan sebaya DM SR menyertai aktiviti fizikal		12%	13%	14%	
		Bilangan aktiviti fizikal berstruktur dilaksanakan di Sekolah Kelab Doktor Muda SM		1355	2535	3715	
		Bilangan KDM sekolah menengah melaksanakan aktiviti fizikal		271	507	743	
		Peratus penglibatan rakan sebaya DM SM menyertai aktiviti fizikal		10%	11%	12%	

TERAS 2: Mengukuhkan kemahiran cara hidup sihat rakyat	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 2: Meningkatkan amalan hidup aktif menerusi kemahiran dan pelaksanaan aktiviti fizikal	Menggalakkan pelaksanaan aktiviti fizikal yang berkala di <u>IPT melalui penggerak AF PROSIS yang dilatih</u>	Bilangan aktiviti fizikal berstruktur dilaksanakan oleh penggerak AF PROSIS	Peningkatan prevalenrakyat Malaysia yang hidup aktif	140	215	290	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan UPK Negeri
		Peratus rakan sebaya PROSIS menyertai aktiviti fizikal		10%	12%	14%	
	Melaksanakan projek khas hidup aktif di IPT melalui PROSIS	Bilangan PROSIS melaksanakan projek khas hidup aktif	Peningkatan amalan cara hidup sihat dalam kalangan mahasiswa/ mahasiswi		15	15	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan Unit Promosi Kesihatan Negeri (UPK Negeri)
		Peratus rakan PROSIS yang menyertai projek khas hidup aktif memuat naik aplikasi BookDoc.			50%	60%	
		Peratus rakan sebaya PROSIS yang memuatnaik BookDoc capai <i>gold/platinum</i> .			50%	50%	

E. Pelan Strategik Kebangsaan Hidup Aktif (National Action Strategic Plan for Active Living (NASPAL))

TERAS 4: Mewujudkan persekitaran yang sihat yang menyokong polisi kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 1: Advokasi pemegang taruh (stake holder) untuk menyokong polisi berkaitan kesihatan	Menubuhkan Jawatankuasa Hidup Aktif Kebangsaan (NASPAL)	Bilangan Jawatankuasa Teknikal Kerja Pelan Strategi Hidup Aktif Kebangsaan (NASPAL)	Peningkatan agensi-agensi berkaitan bekerjasama dalam inisiatif NASPAL	1			Bahagian Pendidikan Kesihatan (Dasar dan Perancangan Strategik dan Kesejahteraan Populasi)
		Bilangan mesyuarat Jawatankuasa Teknikal Kerja Pelan Strategi Hidup Aktif Kebangsaan		1	2	2	
	Membuat advokasi kepada pemegang taruh berkaitan dasar-dasar NASPAL melalui sesi <i>engagement</i>	Bilangan <i>Town Hall</i> NASPAL kepada pemegang-pemegang taruh yang terlibat dengan NASPAL			16	16	
Strategi 2: Meningkatkan jaringan kerjasama dan perkongsian pintar antara sektor awam, swasta dan NGO	Memperkasa agensi awam, swasta dan NGO untuk adaptasi inisiatif NASPAL	Bilangan agensi awam diberi penerangan mengenai inisiatif NASPAL / KOSPEN@Active	Peningkatan agensi-agensi berkaitan bekerjasama dalam inisiatif NASPAL	10 +15	10 +15	10+15	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan Unit Promosi Kesihatan Negeri
		Bilangan agensi swasta diberi penerangan mengenai inisiatif NASPAL / KOSPEN@Active		20	20	20	
		Bilangan NGO di beri penerangan mengenai inisiatif NASPAL / KOSPEN@Active		20	20	20	
		Peratus agensi yang diberi penerangan mengenai inisiatif NASPAL mengambil inisiatif melaksanakan aktiviti fizikal di tempat masing-masing/ dalam komuniti		50%	50%	50%	
Strategi 3 : Menyediakan persekitaran yang menggalakkan aktiviti fizikal dalam komuniti	Melaksanakan Kempen "WALK" (When Active Living Kicks)	Bilangan sambutan kempen WALK dilaksanakan di peringkat kebangsaan dan negeri	Peningkatan kesedaran rakyat mengenai hidup aktif	1	16	16	Bahagian Pendidikan Kesihatan dan UPK Negeri

F. COMBI (Communication for Behavioral Impact)

TERAS 2: Mengukuhkan kemahiran cara hidup sihat rakyat	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 2: Mengukuhkan kemahiran dan tindakan komuniti untuk mencegah penyakit berjangkit	Membina upaya ketua komuniti/ COMBI dalam kemahiran merancang dan mengurus aktiviti promosi pencegahan demam denggi dalam komuniti	Bilangan ketua komuniti/ COMBI dilatih dengan latihan kepimpinan dan pengurusan aktiviti promosi kesihatan	Peningkatan lokaliti COMBI yang kekal sebagai lokaliti bukan wabak denggi menerusi perancangan dan pengurusan aktiviti promosi kesihatan yang sistematik dan berkesan	700	800	900	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Mobilisasi Komuniti),UPK Negeri dan MySihat
		Peratus pasukan COMBI yang dilatih melaksanakan aktiviti pencegahan demam denggi		60%	70%	80%	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Mobilisasi Komuniti) dan UPK Negeri
		Bilangan pemimpin COMBI melaksanakan cari dan musnah		80%%	80%	80%	
		Bilangan aktiviti gotong-royong di laksanakan oleh komuniti		80%%	80%	80%	
	Memberi pengiktirafan kepada komuniti yang aktif dalam melaksanakan aktiviti promosi kesihatan dan pencegahan penyakit berjangkit	Bilangan lokaliti COMBI mendapat pengiktirafan	Penurunan kes demam denggi di lokaliti yang aktif menjalankan aktiviti promosi pencegahan demam denggi	16		16	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Mobilisasi Komuniti) dan UPK Negeri
		Bilangan IPT dapat pengiktirafan "IPT Bebas Denggi"		10	10	10	
	Memperkasa komuniti sekolah untuk melaksanakan aktiviti pencegahan demam denggi	Bilangan aktiviti pencegahan demam denggi dilaksanakan di sekolah Doktor Muda	Tiada kes demam denggi di sekolah				
		Bilangan penglibatan warga sekolah dalam aktiviti pencegahan demam denggi					

8.4 FOKUS UTAMA 3: MENINGKATKAN PENJAGAAN KESIHATAN KUMPULAN SASAR MELALUI PROGRAM INTERVENSI

G. Intervensi Pengurusan Berat Badan (IFitEr)

TERAS 3: Memantapkan Program Promosi Kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 3: Memperkuuhkan Program Pengurusan Berat Badan dan Perkhidmatan berhenti Merokok	Melaksanakan intervensi pengurusan berat badan di institusi pendidikan	Bilangan intervensi dilaksanakan oleh KDM Sekolah Rendah	Penurunan kadar obesiti dan berlebihan berat badan dalam kalangan murid sekolah rendah dan menengah	15	133	251	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan Unit Promosi Kesihatan Negeri (UPK Negeri)
		Peratus peserta intervensi pengurusan berat badan di sekolah DM SR berjaya menurunkan BMI dalam tempoh intervensi		20%	20%	20%	
		Bilangan intervensi dilaksanakan oleh KDM Sekolah Menengah		15	133	251	
		Peratus peserta intervensi pengurusan berat badan di sekolah DM SM berjaya turun BMI dalam tempoh intervensi		20%	20%	20%	
	Melaksanakan Intervensi IFitEr untuk komuniti di semua Pusat Promosi Kesihatan Komuniti (PPKK)	Bilangan PPKK yang melaksanakan program intervensi Pengurusan Berat Badan	Penurunan kadar obesiti dan berat badan berlebihan dalam kalangan komuniti yang terlibat	20	21	21	
		Peratusan peserta intervensi pengurusan berat badan berjaya menurunkan 10% daripada berat badan asal dalam tempoh intervensi (program)		20%	20%	20%	

TERAS 3: Memantapkan Program Promosi Kesehatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
	Meningkatkan penglibatan agensi awam (termasuk JKN, PKD, KK dan Hospital) dan swasta melaksanakan Intervensi Pengurusan Berat Badan (PBB)	Bilangan agensi awam dan swasta melaksanakan intervensi Pengurusan Berat Badan (IFitEr)	Penurunan kadar obesiti dan berat badan berlebihan dalam kalangan warga kerja	16	16	16	Bahagian Pendidikan Kesehatan (Kesejahteraan Populasi) dan Unit Promosi Kesehatan Negeri (UPK Negeri)
		Peratusan peserta intervensi pengurusan berat badan berjaya menurunkan 10% daripada berat badan asal dalam tempoh intervensi (program)		20%	20%	20%	
Strategi 3: Memperkuhkan Program Pengurusan Berat Badan dan Perkhidmatan berhenti Merokok	Melaksanakan penilaian (assesment) tingkah laku kepada setiap peserta intervensi IFitEr sebelum dan selepas mengikuti intervensi.	Peratus peningkatan tingkah laku positif dalam amalan aktiviti fizikal dan pemakanan selepas mengikuti intervensi	Peningkatan tingkah laku positif terhadap aktiviti fizikal dan pengurusan berat badan	60%	70%	80%	Bahagian Pendidikan Kesehatan (Kesejahteraan Populasi) dan Unit Promosi Kesehatan Negeri (UPK Negeri)
		Peratus peningkatan persepsi yang betul terhadap berat badan selepas mengikuti intervensi		60%	70%	80%	
	Peratus peserta IFitEr mengekalkan amalan Aktiviti Fizikal yang disarankan selepas intervensi	40%		50%	60%		
	Mengukuhkan intervensi penurunan berat badan dengan melatih Pegawai Pendidikan Kesehatan dengan Modul Modifikasi Tingkah laku Kesehatan	Bilangan Pegawai Pendidikan Kesehatan dilatih dengan Modul Modifikasi	Meningkatkan kemahiran pegawai pendidikan kesehatan dalam mengendalikan intervensi pengurusan berat badan	30	60	90	Bahagian Pendidikan Kesehatan (Kesejahteraan Populasi) dan Unit Promosi Kesehatan Negeri (UPK Negeri)
		Penurunan bilangan peserta Intervensi Pengurusan Berat Badan yang meninggalkan (drop-out) intervensi		-5%	-10%	-15%	

H. Klinik Berhenti Merokok

TERAS 3: Memantapkan program promosi kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 3: Memperkuhkan perkhidmatan berhenti merokok dan program pengurusan berat badan	Meningkatkan kemahiran dan kecekapan pegawai dalam mengendalikan Klinik Berhenti Merokok di Hospital	Peratus Pegawai Pendidikan Kesihatan di Hospital mempunyai sijil pengiktirafan dalam pengendalian Klinik Berhenti Merokok	Peningkatan kecekapan pegawai dalam mengendalikan Klinik Berhenti Merokok		80%	90%	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Mobilisasi Komuniti) dan Unit Pendidikan Hospital
		Peratus pegawai mengikuti kursus kemahiran menolong dan modul komunikasi kompeten		100%			
		Peratus pegawai berjaya mengikuti sesi praktikal di PKBM Hospital Pulau Pinang		80%	100%		
		Peratus pegawai pendidikan Kesihatan di setting hospital lulus kursus Ujian CSCSP (Certified Smoking Cessation Service Provider)		60%	80%	98%	
	Menambah baik sistem rujukan pesakit ke Klinik Berhenti Merokok(KBM) Hospital untuk meningkatkan kehadiran pelanggan KBM	Bilangan pesakit/ pelanggan KBM	Peningkatan kadar perokok berhenti merokok	5500	6000	6500	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Mobilisasi Komuniti) dan Unit Pendidikan Hospital
	Menaiktaraf infoline berhenti merokok kepada <i>quitline</i>	Bilangan <i>quitline</i> (MQuit) dibangunkan		1			Bahagian Pendidikan Kesihatan (Mobilisasi Komuniti)
		Bilangan pemanggil <i>quitline</i> (MQuit) untuk berhenti merokok		750	825	908	

TERAS 2: Mengukuhkan kemahiran cara hidup sihat rakyat	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
S3: Meningkatkan kemahiran individu untuk bertindak tidak merokok dan berhenti merokok	Melaksanakan intervensi modifikasi tingkah laku dalam kalangan pelanggan KBM untuk berhenti merokok	Peratus pelanggan KBM mengikuti saringan <i>readiness to change</i>	Peningkatan kadar perokok berhenti merokok	90%	90%	90%	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Mobilisasi Komuniti) dan Unit Pendidikan Hospital
		Peratus pelanggan KBM menetapkan tarikh berhenti merokok		80%	80%	80%	
		Peratus perokok yang menetapkan tarikh berhenti merokok, berhenti merokok		40%	40%	40%	

8.6 FOKUS PENGUKUHAN 1: MEMANTAP DAN MEMPERLUASKAN AKTIVITI PROMOSI KESIHATAN

I. Program Doktor Muda

TERAS 3: Memantapkan program promosi kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 1: Memperkuhkan program promosi kesihatan di institusi pendidikan untuk peningkatan amalan cara hidup sihat	Mempromosikan amalan cara hidup sihat melalui pelaksanaan Program Doktor Muda di sekolah rendah dan menengah	Peratus liputan sekolah rendah menubuhkan kelab doktor	Peningkatan kesedaran dan pengetahuan warga institusi pendidikan terhadap amalan cara hidup sihat	40%	42%	44%	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan Unit Promosi Kesihatan Negeri
		Bilangan murid sekolah rendah dilatih dalam Program Doktor Muda		62,200	65,300	68,520	
		Peratus liputan sekolah menengah menubuhkan kelab doktor		20%	23%	26%	
		Bilangan murid sekolah menengah dilatih dalam Program Doktor Muda		10800	13160	15520	
		Peratus guru terdedah dengan maklumat cara hidup sihat		80%	80%	80%	
		Peratus murid sekolah rendah dan menengah terdedah dengan maklumat cara hidup sihat		80%	80%	80%	

J. Program Tunas Doktor Muda

TERAS 3: Memantapkan program promosi kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 1: Memantapkan program promosi kesihatan di institusi pendidikan untuk peningkatan amalan cara hidup sihat	Memperluaskan Program Tunas Doktor Muda di TABIKA KEMAS dan Prasekolah untuk promosi kemahiran amalan cara hidup sihat	Peratus TABIKA KEMAS melaksanakan Program Tunas Doktor Muda	Peningkatan kesedaran warga institusi pendidikan terhadap amalan cara hidup sihat.	9.0%	11.5%	14.0%	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan Unit Promosi Kesihatan Negeri
		Bilangan kanak-kanak TABIKA KEMAS mengikuti aktiviti Tunas Doktor Muda		30510	38910	47310	
		Peratus prasekolah melaksanakan Program Tunas Doktor Muda		11.0%	13.5%	15.0%	
		Bilangan kanak-kanak prasekolah mengikuti aktiviti Tunas Doktor Muda		20040	24600	29160	

K. Program Bebas Asap Rokok di Sekolah (IMFree)

TERAS 2: Mengukuhkan kemahiran cara hidup sihat rakyat	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2018	2018	
Strategi 4: Mengukuhkan kemahiran cara hidup sihat dalam kalangan kanak-kanak dan murid sekolah	Meningkatkan kemahiran murid sekolah rendah untuk menjauhi rokok	Peratus murid yang terlibat dengan Program IMFree mempunyai pengetahuan tentang bahaya merokok	Peratus murid sekolah IMFree kekal tidak merokok	80%	80%	80%	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan UPK Negeri
		Peratus murid yang terlibat dengan Program IMFree tidak mempunyai niat untuk merokok		95%	95%	95%	
		Peratus rakan sebaya doktor muda yang menghisap rokok berhenti merokok selepas mengikuti intervensi	Penurunan kadar perokok dalam kalangan murid		1%	2%	
TERAS 3: Memantapkan Program Promosi Kesihatan							
Strategi 1: Memantapkan program promosi kesihatan di institusi pendidikan melalui perkongsian pintar antara agensi	Mengukuhkan Program Promosi Anti Merokok di Sekolah Rendah	Peratus liputan sekolah rendah melaksanakan program IMFree	Peningkatan kesedaran murid sekolah rendah terhadap bahaya rokok	8%			Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan Unit Promosi Kesihatan Negeri
		Bilangan murid sekolah rendah menyertai program IMFree		123600			
		Bilangan penilaian projek rintis IMFree		1	1		
		Bilangan murid terdedah dengan maklumat anti merokok		80 000	100 000	120 000	
		Bilangan sekolah melaksanakan aktiviti anti merokok		3 700	3 850	4 000	

L. Program Sihat Remaja

TERAS 3 Memantapkan program promosi kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 1: Memantapkan dan memperluaskan program promosi kesihatan di institusi pendidikan melalui perkongsian pintar antara agensi	Repackage program PROSTAR	Bilangan sekolah menengah menyertai projek rintis PROSTAR	Penurunan kadar tingkah laku risiko dalam kalangan remaja		6		Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi, Dasar dan Perancangan Strategik) dan Unit Promosi Kesihatan Negeri
		Bilangan penilaian projek rintis PROSTAR <i>repackage</i>				1	
	Membangunkan instrumen untuk mengukur tahap resilien remaja	Bilangan instrumen penilaian kesihatan remaja dibangunkan (3 Komponen)		1			
		Bilangan remaja menjalani saringan resilien			2160	2160	
		Peratus peningkatan tahap resiliens remaja selepas mengikuti intervensi resilien.			10%	20%	
		Peratus remaja mempunyai KAP yang baik terhadap tingkah laku risiko			90%	90%	

M. Program Siswa Sihat (PROSIS)

TERAS 3: Memantapkan program promosi kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 1: Memantapkan dan memperluaskan program promosi kesihatan di institusi pendidikan melalui perkongsian pintar antara agensi	Memantapkan Program Siswa Sihat (PROSIS) di IPT	Bilangan IPT menubuhkan Program Siswa Sihat	Peningkatan amalan cara hidup sihat dalam kalangan mahasiswa-mahasiswi	6	8	7	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan Unit Promosi Kesihatan Negeri
		Bilangan mahasiswa/ siswi dilatih dalam Program Siswa Sihat dilatih peringkat negeri		60	80	70	
		Bilangan rakan ahli PROSIS yang telah dilatih oleh <i>core team</i> PROSIS		140	160	140	

N. Pusat Promosi Kesihatan Komuniti (PPKK)

TERAS 3: Memantapkan program promosi kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 2: Memperkuhkan program promosi kesihatan dalam komuniti untuk menggalakkan komuniti mengamalkan cara hidup sihat	Mengukuhkan Pusat Promosi Kesihatan Komuniti (PPKK) untuk meningkatkan amalan cara hidup sihat	Bilangan pusat sumber di PPKK	Peningkatan kesedaran komuniti terhadap amalan cara hidup sihat	7	8	9	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Kesejahteraan Populasi) dan Unit Promosi Kesihatan Negeri
		Bilangan <i>standard</i> operasi PPKK mengikut <i>setting</i> dibangunkan			1		
		Bilangan aktiviti mengikut modul		+10%	+10%	+10%	
		Bilangan kehadiran pelanggan ke PPKK		+10%	+10%	+10%	
		Bilangan Klinik Kesihatan melaksanakan Health Promoting Health Clinic (HPHC)		150	150	150	Bahagian Pembangunan Kesihatan Keluarga dan UPK Negeri

8.7 FOKUS PENGUKUHAN 2: MEWUJUDKAN PERSEKITARAN YANG MENYOKONG

TERAS 4 : Mewujudkan persekitaran yang sihat yang menyokong polisi kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 1: Advokasi pemegang taruh (stake holder) untuk menyokong polisi berkaitan kesihatan	Menubuhkan jawatankuasa utama untuk promosi kesihatan	Bilangan Jawatankuasa Promosi Kesihatan Kebangsaan	Peningkatan penglibatan pemegang taruh dalam promosi kesihatan	1			Bahagian Pendidikan Kesihatan (Dasar dan Perancangan Strategik dan Kesejahteraan Populasi)
		Bilangan mesyuarat Jawatankuasa Promosi Kesihatan Kebangsaan			2	2	
Strategi 2: Meningkatkan jaringan kerjasama dan perkongsian pintar dengan sektor awam-swasta-NGO	Memperkasa Pertubuhan Bukan Kerajaan (NGO) untuk melaksanakan aktiviti promosi kesihatan	Bilangan NGO bekerjasama untuk melaksanakan program promosi kesihatan	Peningkatan agensi bekerjasama dalam program promosi kesihatan	10	15	20	
	Menyokong sektor swasta dalam melaksanakan tanggungjawab sosial korporat (CSR)	Bilangan syarikat swasta bekerjasama/ melaksanakan tanggungjawab sosial untuk program promosi kesihatan		5	10	15	
	Meningkatkan kerjasama antara sektor awam melalui NBOS	Bilangan agensi awam yang bekerjasama melaksanakan program promosi kesihatan		20	30	40	

8.8 FOKUS PENGUKUHAN 3: MENGUKUHKAN ORGANISASI PROMOSI KESIHATAN

TERAS 5: Memantapkan organisasi dan sumber manusia promosi kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab	
				2018	2019	2020		
Strategi 1 Mengukuhkan kompetensi dan daya saing Pegawai Pendidikan Kesihatan	Meningkatkan kompetensi dan kepakaran Pegawai Pendidikan Kesihatan	Bilangan bidang kepakaran SME di wujudkan	Melahirkan Pegawai Pendidikan Kesihatan hospital yang kompeten	1			Bahagian Pendidikan Kesihatan (Dasar dan Perancangan Strategik)	
		Bilangan pegawai yang diiktiraf SME		2	2	2		
		Bilangan pegawai yang mendapat latihan jangka panjang (HLP)		1	1	1		
		Bilangan pegawai yang mendapat latihan jangka pendek		1	1	1		
	Mengambil inisiatif untuk mewujudkan lebih banyak peluang perkembangan kerjaya dalam bidang promosi kesihatan mengikut perkembangan dan keperluan semasa	Bilangan kertas semakan norma perjawatan Pegawai Pendidikan Kesihatan (Norma 1:10000)	Peningkatan bilangan jawatan pegawai pendidikan kesihatan	1	1	1	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Dasar dan Perancangan Strategik)	
		Bilangan inisiatif, advokasi dan <i>engagement</i> dengan pihak berwajib dalam perkembangan kerjaya promosi kesihatan		2	2	2		
	Strategi 2: Mengukuhkan organisasi promosi kesihatan sebagai peneraju program promosi kesihatan negara	Membangunkan Pelan Strategi Promosi Kesihatan Kebangsaan	Bilangan Pelan Strategi Promosi Kesihatan dibangunkan	Pemantapan program promosi kesihatan menerusi penetapan hala tuju yang jelas dan pragmatik	1		1	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Dasar dan Perancangan Strategik)
			Bilangan sesi engagement dengan unit promosi kesihatan di Negeri, Daerah, Hospital dan Institusi		2		4	
Bilangan sesi advokasi Pelan Strategi Promosi Kesihatan kepada pemegang taruh						2		
Peratus pencapaian sasaran aktiviti promosi kesihatan sebagaimana yang disasarkan dalam Pelan Strategi			80%		85%	90%		

TERAS 5: Memantapkan organisasi dan sumber manusia promosi kesihatan	Aktiviti/ Program	Indikator	Keberhasilan	Sasaran			Tanggung jawab
				2018	2019	2020	
Strategi 2: Mengukuhkan organisasi promosi kesihatan sebagai peneraju program promosi kesihatan negara	Menggalakkan budaya inovasi dalam bidang promosi kesihatan	Bilangan projek inovasi promosi kesihatan yang dihasilkan	Pembudayaan inovasi dalam program promosi kesihatan	5	16	16	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Dasar dan Perancangan Strategik)
		Bilangan projek inovasi promosi kesihatan yang mendapat pengiktirafan			1	1	
		Bilangan latihan berkaitan inovasi promosi kesihatan yang dianjurkan		1	1	1	
		Bilangan pertandingan/ konvensyen berkaitan aktiviti inovasi promosi kesihatan yang dianjurkan		1		1	
TERAS 6 : Pembangunan program promosi kesihatan berdasarkan <i>evidence based</i>							
Strategi 1: Memantapkan pelaksanaan penilaian program promosi kesihatan untuk pembangunan program promosi kesihatan	Meningkatkan kerjasama dengan NIH dalam pelaksanaan kajian terutamanya dalam tingkah laku kesihatan.	Bilangan kerjasama dengan NIH dalam pelaksanaan kajian	Pemantapan program promosi kesihatan yang berdasarkan <i>evidence</i>	1	1	1	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Dasar dan Perancangan Strategik) dan Institut Penyelidikan Tingkah laku Kesihatan
	Kolaborasi dengan universiti dalam pelaksanaan kajian	Bilangan universiti berkolaborasi dalam pelaksanaan kajian		1		1	
	Berkongsi dapatan kajian antara pegawai pendidikan kesihatan melalui pembentangan di mesyuarat teknikal dan persidangan	Bilangan pembentangan dapatan kajian dibuat		1	1	1	
	Meningkatkan pelaksanaan penilaian program promosi kesihatan dan intervensi perubahan tingkah laku dilaksanakan	Bilangan bengkel penilaian program/ intervensi tingkah laku dilaksanakan.		1	1	1	
		Bilangan penilaian program promosi kesihatan dan intervensi tingkah laku dibuat penilaian.		1	1	1	
Strategi 2 Memantapkan pemantauan program promosi kesihatan	Meningkatkan aktiviti pemantauan program promosi kesihatan	Membangunkan <i>tool</i> / pengukuran tingkah laku/ penilaian untuk kegunaan program	Pengukuran tingkah laku dan penilaian program promosi kesihatan yang lebih sistematik dan objektif	1	2	2	Bahagian Pendidikan Kesihatan (Dasar dan Perancangan Strategik)

KOMUNIKASI UNTUK PERUBAHAN TINGKAH LAKU

“.....MERUPAKAN PROSES INTERAKTIF UNTUK INTERVENSI INDIVIDU, KOMUNITI DAN RAKYAT DENGAN MEMBENTUK STRATEGI-STRATEGI KOMUNIKASI UNTUK MEMPROMOSI TINGKAH LAKU POSITIF BERSESUAIAN MENGIKUT *SETTING* MEREKA DAN MEMBANTU MENANGANI MASALAH-MASALAH KESIHATAN UTAMA...”

- United Nation Population Funds, 2002 -





KEMENTERIAN KESIHATAN
MALAYSIA

Diterbitkan oleh:

Bahagian Pendidikan Kesihatan
KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

www.infosihat.gov.my | www.myhealth.gov.my



#aktifsihat

