

**PEMBERITAHUAN PERTANYAAN BAGI JAWAB LISAN
DEWAN RAKYAT**

PERTANYAAN : LISAN

DARIPADA : TUAN AHMAD LAI BIN BUJANG

TARIKH : 3 NOVEMBER 2016

RUJUKAN : 9351

SOALAN:

Tuan Haji Ahmad Lai bin Bujang [Sibuti] minta MENTERI DALAM NEGERI menyatakan apakah perkembangan Program "*Trim And Fit 2016*" pihak PDRM yang dilancarkan pada Januari 2016. Berapakah jumlah Pegawai dan Anggota polis yang berjaya keluar dari status obesiti.

JAWAPAN:

Tuan Yang di-Pertua,

Pihak Polis Diraja Malaysia (PDRM) sentiasa menggalakkan pegawai dan anggotanya mengamalkan cara hidup yang sihat untuk kelihatan segar dan mengelakkan daripada mengalami penyakit seperti sakit jantung, darah tinggi dan kencing manis serta mengawal daripada menjadi obes atau gemuk.

Antara strategi PDRM dalam memastikan pegawai dan anggota polis di negara ini mempunyai tahap kesihatan yang baik agar tidak mengganggu kelancaran tugas ekoran masalah obesiti adalah dengan memperkenalkan program "*Trim and Fit*" pada tahun 2016. Objektif khusus program ini diperkenalkan adalah bertujuan untuk:

- i) Mencapai penurunan berat badan sebanyak 10% dalam tempoh 6 bulan bagi anggota yang mempunyai "*Body Mass Index*" (BMI) antara 30.0 kg/ m² hingga 35.0 kg/m²;**
- ii) Mengurangkan ukur lilit pinggang kepada ukuran yang ideal; dan**
- iii) Mengurangkan peratusan kandungan lemak dalam badan.**

Secara prinsipnya, bagi seseorang untuk keluar daripada status obesiti, ianya memerlukan tempoh masa di antara 6 bulan sehingga 2 tahun bergantung kepada berat badan asal. Tempoh masa ini adalah berdasarkan panduan yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) mengenai penurunan berat badan yang selamat.

Dalam program perintis yang dijalankan selama 6 bulan bermula Januari sehingga Jun 2016, seramai 14 peserta daripada 27 peserta telah berjaya keluar daripada status obesiti. Manakala 13 peserta lagi memerlukan tempoh masa yang lebih panjang. Dalam tempoh tersebut, peserta telah berjaya menurunkan berat badan antara 1.0kg sehingga 21kg, mengurangkan ukuran lilit pinggang antara 1.0cm hingga 9.0cm, mengurangkan peratusan kandungan lemak daripada 32.7% kepada 25.5 % bagi lelaki dan 36.5% kepada 31.4% bagi wanita. Pihak PDRM akan memperluaskan program seumpama ini di seluruh negara pada tahun 2017 yang akan dibantu oleh Pegawai Sains Pemakanan daripada Jabatan Kesihatan.

Di samping kursus yang dianjurkan, bagi pegawai yang berumur 40 tahun ke atas dikehendaki membuat pemeriksaan kesihatan sekurang-kurangnya sekali setiap tahun selaras dengan Pekeliling Perkhidmatan yang dikeluarkan oleh oleh Jabatan Perkhidmatan Awam. Dengan langkah yang diambil ini, akan dapat mengurangkan masalah obesiti di kalangan pegawai dan anggota polis dan dapat menjamin setiap anggota polis berada dalam keadaan yang sihat serta dapat menjalankan tugas tanpa sebarang gangguan kesihatan.