



CERAIAN SR.2.5.1

PERISYTIHARAN REKOD KESIHATAN BAGI MEMBUDAYAKAN GAYA HIDUP SIHAT PEGAWAI AWAM

TUJUAN

1. Ceraian ini bertujuan menjelaskan berkenaan prosedur pemeriksaan kesihatan bagi pegawai awam dan perisytiharan rekod kesihatan melalui Sistem HRMIS dalam membudayakan gaya hidup sihat.

TAFSIRAN

2. Bagi tujuan Ceraian ini:

- (i) **“Ketua Jabatan”** bermaksud pegawai yang mengetuai sesebuah organisasi sama ada di peringkat ibu pejabat, bahagian, negeri atau daerah; dan
- (ii) **“pegawai”** bermaksud semua pegawai yang sedang berkhidmat yang dilantik oleh Suruhanjaya secara tetap, sementara atau kontrak.

LATAR BELAKANG

3. Kerajaan menerusi Kementerian Kesihatan Malaysia menasaskan untuk menjadikan rakyat Malaysia sihat sejahtera melalui pembudayaan gaya hidup sihat dan pelestarian persekitaran yang menyokong hidup sihat. Peningkatan taraf kesihatan rakyat Malaysia boleh dilaksanakan melalui amalan seperti pemakanan yang seimbang, menjauhi rokok dan alkohol, pemupukan minda sihat, mengamalkan gaya hidup aktif serta menjaga kebersihan diri dan kebersihan persekitaran. Selain itu, pelaksanaan saringan kesihatan secara berkala adalah amat penting bagi membolehkan pengesanan awal terhadap risiko penyakit bagi mendapatkan rawatan optimum secepat mungkin.

4. Antara penyakit yang perlu ditangani di peringkat awal adalah Penyakit Tidak Berjangkit (PTB) yang merupakan antara penyumbang utama kepada punca kematian di Malaysia. Penghidap PTB mendapat penyakit ini secara perlahan-lahan susulan amalan gaya hidup tidak sihat. Sungguhpun begitu, penyakit ini boleh dicegah, namun ia sukar dikawal memandangkan kadar kesedaran kepada pentingnya gaya hidup sihat dalam kalangan rakyat Malaysia masih berada di tahap yang rendah.



SR.2.5.1

5. Selaras dengan itu, sebagai usaha Kerajaan untuk meningkatkan kesedaran mengenai pentingnya gaya hidup sihat kepada rakyat, pegawai awam boleh memainkan peranan sebagai agen perubahan dengan melaksanakan saringan kesihatan secara berkala agar menjadi suri teladan (*role model*) kepada masyarakat.
6. Ceraian ini memberi panduan kepada semua pegawai awam untuk menjelaskan pelaksanaan saringan kesihatan berdasarkan kategori tertentu. Hasil saringan kesihatan yang dilaksanakan itu perlu direkodkan melalui Sistem HRMIS bagi membolehkan status kesihatan pegawai awam dipantau oleh pegawai sendiri dan Ketua Jabatan secara berterusan sebagai tindakan pencegahan untuk mengurangkan risiko pegawai awam menghidap penyakit.
7. Pelaksanaan inisiatif ini juga adalah selaras dengan subperaturan 20(8) Peraturan-Peraturan Pegawai Awam (Pelantikan, Kenaikan Pangkat Dan Penamatan Perkhidmatan) 2012 [*P.U. (A) 1/2012*] yang memperuntukkan Ketua Jabatan boleh mengarahkan pegawai yang sedang berkhidmat untuk mengemukakan maklumat kesihatan yang disahkan oleh pengamal perubatan berdaftar apabila Ketua Jabatan berpandangan terdapat keperluan perkhidmatan.

PELAKSANAAN

A. PERISYTIHARAN SARINGAN KESIHATAN KENDIRI

8. Semua pegawai awam, **selain yang telah disahkan menghidap PTB** adalah **digalakkan** untuk melaksanakan Saringan Kesihatan Kendiri (SKK). Ini adalah bagi membolehkan pengesanan awal tahap kesihatan pegawai awam dipantau pada setiap masa oleh pegawai sendiri dan Ketua Jabatan secara berkala.
9. SKK adalah merujuk kepada pemeriksaan asas kesihatan dan hendaklah meliputi elemen seperti berikut:
 - (i) indeks jisim badan (*body mass index* – BMI);
 - (ii) bacaan gula dalam darah (glukosa);
 - (iii) bacaan kolesterol dalam darah; dan
 - (iv) bacaan tekanan darah.



SR.2.5.1

10. Pelaksanaan SKK adalah digalakkan dibuat **sekurang-kurangnya sekali setahun** dan SKK seterusnya hendaklah dilaksanakan selewat-lewatnya setahun selepas SKK terakhir yang dibuat terdahulu.

11. Pegawai boleh melaksanakan SKK ini melalui kaedah dan syarat-syarat seperti berikut:

- (i) membuat pemeriksaan di fasiliti kesihatan Kerajaan atau swasta;
 - (a) SKK dibuat secara pesakit luar dan pegawai tidak perlu mengambil cuti rehat bagi menjalani SKK ini, namun perlu mendapatkan slip kehadiran (*time slip*);
 - (b) SKK ini tidak dikenakan sebarang bayaran jika dilaksanakan di fasiliti kesihatan Kerajaan seperti klinik kesihatan, klinik komuniti, klinik kesihatan ibu dan anak serta klinik desa; dan
 - (c) sekiranya berkemampuan, pegawai boleh menjalani SKK di premis kesihatan swasta atas tanggungan pegawai sendiri;
- (ii) menggunakan peralatan pemeriksaan kesihatan yang disediakan oleh Kementerian/Jabatan;
 - (a) Kementerian/Jabatan boleh membuat pembelian peralatan pemeriksaan kesihatan dengan menggunakan peruntukan sedia ada berdasarkan peraturan sedia ada tertakluk kepada kelulusan khas Kementerian Kewangan;
 - (b) khidmat nasihat berkaitan spesifikasi peralatan pemeriksaan kesihatan, kaedah pengendalian dan pelaksanaan SKK boleh dirujuk kepada Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM);
 - (c) Kementerian/Jabatan boleh melantik sekumpulan pegawai bagi menguruskan peralatan pemeriksaan kesihatan serta memohon khidmat nasihat dan latihan daripada pihak KKM bagi memastikan pengendalian dan pelaksanaan SKK yang teratur dan selamat; dan
 - (d) pengurusan pelaksanaan SKK hendaklah tidak melibatkan pertambahan perjawatan;



SR.2.5.1

- (iii) menggunakan peralatan pemeriksaan kesihatan yang dibeli sendiri oleh pegawai;
 - (a) sekiranya berkemampuan, pegawai boleh membeli dan menyelenggara peralatan pemeriksaan kesihatan atas tanggungan pegawai sendiri; dan
 - (b) melaksanakan SKK secara sendiri dengan mengikuti panduan yang telah disediakan bersama peralatan pemeriksaan kesihatan berkenaan bagi memastikan pengendalian dan pelaksanaan SKK yang teratur dan selamat.

12. Pegawai adalah tidak dibenarkan menuntut apa-apa elaun dan kemudahan bagi tujuan SKK ini.

13. Pegawai hendaklah mengisytiharkan hasil pelaksanaan SKK di Sistem HRMIS melalui ruangan Saringan Kesihatan Kendiri di bawah Subfungsi Kesihatan, Fungsi Kemaskini Rekod Peribadi, Submodul Rekod Peribadi, Modul Pengurusan Rekod Peribadi. Pegawai boleh membuat perbandingan umum SKK dengan menyemak jadual bacaan yang terdapat di HRMIS. Perbandingan bacaan dapat membantu pegawai mengambil tindakan selanjutnya.

14. Sekiranya hasil SKK yang direkodkan menunjukkan bacaan yang tidak normal berdasarkan panduan yang diberikan, pegawai adalah dinasihatkan untuk segera mendapatkan pengesahan status kesihatan oleh pengamal perubatan berdaftar untuk khidmat nasihat dan rawatan selanjutnya.

15. Ketua Jabatan boleh melaksanakan pemantauan berkala terhadap perisytiharan SKK oleh pegawai di bawah seliaannya bagi memastikan inisiatif ini mencapai matlamatnya.

B. PEMERIKSAAN KESIHATAN KOMPREHENSIF

16. Sebagai usaha untuk memastikan kesihatan semua pegawai berada di tahap yang memuaskan, Kerajaan telah menetapkan pegawai yang berumur 40 tahun dan ke atas adalah digalakkan menjalani Pemeriksaan Kesihatan Komprehensif (PKK) dari semasa ke semasa. Bagi menyokong pelaksanaan inisiatif ini, Ketua Jabatan sewajarnya mempromosikan PKK secara berkala kepada semua pegawai di bawah seliaannya yang telah mencapai umur 40 tahun dan ke atas.



Syarat-Syarat PKK

17. Pemberian kemudahan PKK mengikut Ceraian ini tertakluk kepada syarat-syarat berikut:

- (i) kemudahan ini diberi kepada pegawai yang telah berumur 40 tahun dan ke atas sahaja;
- (ii) pemeriksaan kesihatan ini tidak diwajibkan tetapi sangat digalakkan;
- (iii) pemeriksaan dibuat secara pesakit luar;
- (iv) pegawai yang telah dan sedang menjalani rawatan perubatan atau pemeriksaan kesihatan dalam program rawatan tertentu contohnya pesakit PTB atau barah tidak perlu menggunakan kemudahan ini;
- (v) pegawai tidak perlu mengambil cuti rehat bagi menjalani pemeriksaan ini;
- (vi) pemeriksaan ini tidak dikenakan sebarang bayaran;
- (vii) pegawai tidak dibenarkan menuntut apa-apa elaun dan kemudahan bagi tujuan pemeriksaan ini; dan
- (viii) pegawai perlu mendapatkan slip pengesahan kehadiran pemeriksaan kesihatan untuk dikemukakan kepada Ketua Jabatan.

Prosedur PKK

18. Pegawai yang ingin menjalani pemeriksaan kesihatan dikehendaki mengemukakan permohonan kepada Ketua Jabatan masing-masing dengan menggunakan borang seperti di [Lampiran SR.2.5.1](#). Borang permohonan disediakan dalam dua (2) salinan; satu (1) daripadanya diedarkan oleh Ketua Jabatan kepada hospital atau klinik yang berhampiran dengan tempat pegawai bertugas dan yang satu (1) lagi disimpan dalam fail peribadi pegawai. Ketua Jabatan hendaklah berunding dengan pihak pengurusan hospital atau klinik kesihatan yang berkenaan bagi menentukan kaedah yang sesuai untuk melaksanakan program ini. Ketua Jabatan bertanggungjawab menyimpan maklumat pegawai yang telah menjalani PKK bagi tujuan pemantauan.



Elemen PKK

19. Pemeriksaan yang akan dijalankan adalah seperti berikut:

- (i) pemeriksaan fizikal;
- (ii) ujian makmal (glukosa, darah dan kolesterol);
- (iii) pemeriksaan pergigian; dan
- (iv) pemeriksaan lain yang ditentukan oleh pegawai perubatan yang memeriksa (jika perlu).

20. Hasil pemeriksaan akan diberitahu kepada pegawai dan pegawai akan dimaklumkan sama ada perlu menjalani pemeriksaan lanjutan serta tarikh pemeriksaan berikutnya.

Laporan PKK

21. Laporan PKK yang telah disahkan oleh pengamal perubatan berdaftar boleh dimuat naik oleh pegawai di Sistem HRMIS melalui ruangan Laporan Pemeriksaan Kesihatan di bawah Subfungsi Kesihatan, Fungsi Kemaskini Rekod Peribadi, Submodul Rekod Peribadi, Modul Pengurusan Rekod Peribadi.

Lokasi PKK

22. PKK boleh dibuat di lokasi berikut:

- (i) Klinik Kesihatan Kerajaan di bawah Kementerian Kesihatan Malaysia;
- (ii) Hospital Angkatan Tentera Malaysia di bawah Kementerian Pertahanan Malaysia; dan
- (iii) Hospital Pengajar di bawah Kementerian Pengajian Tinggi.



C. PERISYTIHARAN PENYAKIT TIDAK BERJANGKIT

23. Bagi pegawai awam **yang telah disahkan menghidap PTB**, pegawai adalah **digalakkan** untuk mengisytiharkan **PTB** di Sistem HRMIS melalui ruangan Sejarah Perubatan di bawah Subfungsi Kesihatan, Fungsi Kemaskini Rekod Peribadi, Submodul Rekod Peribadi, Modul Pengurusan Rekod Peribadi. Ini bertujuan untuk memudahkan pemantauan oleh Ketua Jabatan dan urusan perkhidmatan pegawai.

24. Pegawai hendaklah mengisytiharkan perkara seperti berikut:

- (i) penyakit yang dihidapi;
- (ii) tahun disahkan menghidap penyakit tersebut;
- (iii) rawatan yang ditetapkan oleh pengamal perubatan berdaftar. Sekiranya pegawai tidak ditetapkan sebarang rawatan, pegawai hendaklah memilih opsyen tiada rawatan;
- (iv) tarikh mula rawatan;
- (v) tarikh tamat rawatan sekiranya rawatan telah diselesaikan; dan
- (vi) memuatnaik laporan pemeriksaan kesihatan yang berkaitan.

25. Pegawai boleh mengemaskini maklumat penyakit yang dihidapi pada bila-bila masa. Sekiranya pegawai telah disahkan sembuh daripada penyakit yang dihidapi, pegawai boleh merekodkan perkara tersebut di ruangan 'Sebab Kemaskini' dalam ruangan Sejarah Perubatan di bawah Subfungsi Kesihatan, Fungsi Kemaskini Rekod Peribadi, Submodul Rekod Peribadi, Modul Pengurusan Rekod Peribadi.

D. PERTANYAAN

26. Sebarang pertanyaan mengenai Ceraian ini boleh dikemukakan kepada Bahagian Perkhidmatan, Jabatan Perkhidmatan Awam.

PEMBATALAN

27. Dengan berkuatkuasanya Ceraian ini, [Pekeliling Perkhidmatan Bilangan 3 Tahun 2003](#): Pemeriksaan Kesihatan Bagi Pegawai Perkhidmatan Awam adalah **dibatalkan**.



SR.2.5.1

PEMAKAIAN

28. Tertakluk kepada penerimaannya oleh pihak berkuasa masing-masing, Ceraian ini pada keseluruhannya dipanjangkan kepada semua Perkhidmatan Awam Negeri, Pihak Berkuasa Berkanun dan Pihak Berkuasa Tempatan.

KETUA PENGARAH PERKHIDMATAN AWAM
JABATAN PERKHIDMATAN AWAM
MALAYSIA