

**KAJISELIDIK GLOBAL KESIHATAN PENUNTUT-PENUNTUT BERASASKAN SEKOLAH  
BRUNEI DARUSSALAM 2014  
2014 BRUNEI DARUSSALAM GLOBAL SCHOOL-BASED STUDENT HEALTH SURVEY**

Kajiselidik ini adalah berkenaan dengan kesihatan anda dan tindakan yang anda ambil yang memberi kesan kepada kesihatan anda. Penuntut-penuntut di seluruh Brunei juga membuat kajiselidik ini. Maklumat yang anda berikan akan digunakan untuk menghasilkan program kesihatan yang lebih baik untuk remaja

This survey is about your health and the things you do that may affect your health. Students like you all over your country are doing this survey. Students in many other countries around the world also are doing this survey. The information you give will be used to develop better health programs for young people like yourself.

JANGAN tulis NAMA ANDA pada kertas soalan mahupun kertas jawapan. Jawapan yang anda berikan akan dirahsiakan. Tiada siapa akan tahu bagaimana anda menjawab soalan yang diberikan. Sila jawab berdasarkan apa yang anda tahu. Tiada jawapan yang betul atau salah

DO NOT write your name on this survey or the answer sheet. The answers you give will be kept private. No one will know how you answer. Answer the questions based on what you really know or do. There are no right or wrong answers.

Ibu bapa anda telah memberi kebenaran untuk anda menyertai kajiselidik ini tetapi menyelesaikan kajiselidik ini adalah secara sukarela. Markah peperiksaan anda tidak akan terjejas sekiranya anda menjawab atau tidak menjawab soalan dalam kajiselidik ini. Sekiranya anda tidak mau menjawab soalan yang diajukan, sila biarkan kosong.

Your parents have given consent for you to take part in this survey but completing the survey is voluntary. Your grade or mark in this class will not be affected whether or not you answer the questions. If you do not want to answer a question, just leave it blank.

Sila BACA PERNYATAAN untuk soalan yang memberikan pernyataan atau definisi sebelum menjawab soalan. Sila HITAMKAN jawapan yang bersamaan jawapan anda pada kertas jawapan yang disediakan. Sila gunakan pensel yang disediakan. Sekiranya lengkap, ikut arahan pegawai yang melakukan kajiselidik di sekolah/kelas anda

Make sure to read every question. Fill in the circles on your answer sheet that match your answer. Use only the pencil you are given. When you are done, do what the person who is giving you the survey says to do.

Berikut adalah contoh bagaimana mengisi jawapan:  
Here is an example of how to fill in the circles:

Isikan bulatan seperti ini  
Fill in the circles like this



Bukan seperti ini  
Not like this



atau  
or



Soalan  
Survey

1. Adakah ikan tinggal dalam air?  
Do fish live in water?

A. Ya  
Yes  
B. Tidak  
No

Kertas Jawapan  
Answer sheet

1. ☒ (A) ☐ (B) ☐ (C) ☐ (D) ☐ (E) ☐ (F) ☐ (G) ☐ (H)

Terima kasih atas bantuan anda.

Thank you very much for your help.

1. Berapakah umur anda?  
How old are you?

A. 11 tahun atau ke bawah  
11 years old or younger  
B. 12 tahun  
12 years old  
C. 13 tahun  
13 years old  
D. 14 tahun  
14 years old  
E. 15 tahun  
15 years old  
F. 16 tahun  
16 years old  
G. 17 tahun  
17 years old

H. 18 tahun atau ke atas  
18 years old or older

2. Apakah jantina anda?  
What is your sex?

A. Lelaki  
Male  
B. Perempuan  
Female

3. Anda belajar di tahun/kelas/standard apa?  
In what grade/class/ standard are you?

A. Tahun 8  
Year 8  
B. Tahun 9

- Year 9  
C. Tahun 10  
Year 10  
D. Tahun 11  
Year 11  
E. Tahun 12 atau Tingkatan 6 Bawah  
Year 12 or Lower Six  
F. Tahun 13 atau Tingkatan 6 Atas  
Year 13 or Upper Six
4. Apakah agama anda?  
What is your religion?
- A. Saya tidak mempunyai agama  
I do not have any religion  
B. Islam  
Islam  
C. Kristian  
Christianity  
E. Buddha  
Buddhism  
F. Lain-lain agama  
Some other religion
5. Adakah anda ada menerima apa-apa bantuan kebajikan dari mana-mana agensi seperti Jabatan Pembangunan Masyarakat (JAPEM)?  
Do you receive any welfare assistance from any agency such as the Department of Community Development (JAPEM)?
- A. Ya  
Yes  
B. Tidak  
No  
C. Saya tidak tahu  
I do not know

**6 soalan seterusnya adalah berkenaan dengan ketinggian, berat badan dan berkaitan dengan kelaparan.**

**The next 6 questions ask about your height, weight, and going hungry.**




6. Berapa tinggi anda tanpa memakai kasut?  
SILA TULIS TINGGI ANDA DI KERTAS JAWAPAN DALAM KOTAK BERLAKAR DI BAHAGIAN ATAS GRID DAN HITAMKAN SETIAP NOMBOR DALAM BULATAN YANG SAMA DENGAN JAWAPAN TADI.  
How tall are you without your shoes on?  
ON THE ANSWER SHEET, WRITE YOUR HEIGHT IN THE SHADED BOXES AT THE TOP OF THE GRID. THEN FILL IN THE OVAL BELOW EACH NUMBER.

**Example**

Tinggi/Height (cm)		
1	5	3
<input type="radio"/>		<input type="radio"/>
<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	Saya tidak tahu/ I do not know	

7. Berapa berat tanpa memakai kasut?  
SILA TULIS BERAT ANDA DI KERTAS  
JAWAPAN DALAM KOTAK BERLAKAR DI  
BAHAGIAN ATAS GRID DAN HITAMKAN  
SETIAP NOMBOR DALAM BULATAN YANG  
SAMA DENGAN JAWAPAN TADI  
How much do you weigh without your shoes on?  
ON THE ANSWER SHEET, WRITE YOUR  
WEIGHT IN THE SHADED BOXES AT THE TOP  
OF THE GRID. THEN FILL IN THE OVAL  
BELOW EACH NUMBER.

**Example**

Berat/Weight (kg)		
0	5	2
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
		<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	Saya tidak tahu/ do not know	

8. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kerap anda makan sarapan pagi?

During the past 30 days, how often did you eat breakfast?

- A. Tidak pernah  
Never
- B. Jarang-jarang  
Rarely
- C. Kadang-kadang  
Sometimes
- D. Kebanyakan masa  
Most of the time
- D. Setiap kali  
Always
9. Apakah pandangan anda tentang berat diri anda?  
How do you describe your weight?
- A. Sangat kurang berat badan  
Very underweight
- B. Kurang berat badan  
Slightly underweight
- C. Berat badan yang sesuai  
About the right weight
- D. Berlebihan berat badan  
Slightly overweight
- E. Sangat berlebihan berat badan  
Very overweight
10. Apakah yang anda cuba lakukan tentang berat badan anda?  
Which of the following are you trying to do about your weight?
- A. Saya tidak melakukan apa-apa tentang berat badan saya  
I am **not trying to do anything** about my weight
- B. Mengurangkan berat badan  
**Lose** weight
- C. Menambah berat badan  
**Gain** weight

- D. Kekalkan berat badan  
**Stay** the same weight

11. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kerap anda kelaparan kerana tidak cukup makanan di rumah?

During the past 30 days, how often did you go hungry because there was not enough food in your home?

- A. Tidak pernah  
Never
- B. Jarang-jarang  
Rarely
- C. Kadang-kadang  
Sometimes
- D. Kebanyakan masa  
Most of the time
- E. Setiap kali  
Always

**5 soalan berikutnya adalah berkenaan apa yang anda mungkin makan atau minum.**

**The next 5 questions ask about what you might eat and drink.**

12. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kali dalam sehari anda biasanya makan buah seperti pisang, anggur, epal atau oren?

During the past 30 days, how many times per day did you **usually** eat fruit, such as bananas, grapes, apples, or oranges?

- A. Saya tidak makan buah dalam 30 hari yang lepas  
I did not eat fruit during the past 30 days
- B. Kurang dari 1 kali dalam sehari  
Less than one time per day
- C. 1 kali sehari  
1 time per day
- D. 2 kali sehari  
2 times per day
- E. 3 kali sehari  
3 times per day
- F. 4 kali sehari  
4 times per day

- G. 5 kali atau lebih sehari  
5 or more times per day

13. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kali dalam sehari anda biasanya makan sayur seperti lobak merah, kacang panjang, timun atau kubis?

During the past 30 days, how many times per day did you usually eat vegetables, such as, carrots, long bean, cucumber or cabbage?

- A. Saya tidak makan sayur dalam 30 hari yang lepas  
I did not eat vegetables during the past 30 days
- B. Kurang dari 1 kali dalam sehari  
Less than one time per day
- C. 1 kali sehari  
1 time per day
- D. 2 kali sehari  
2 times per day
- E. 3 kali sehari  
3 times per day
- F. 4 kali sehari  
4 times per day
- G. 5 kali atau lebih sehari  
5 or more times per day

14. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kali dalam sehari anda biasanya minum air berkarbonat seperti Coca Cola, Sprite, Pepsi,

Mirinda Oren atau 100-Plus? (Air berkarbonat diet tidak termasuk dalam kumpulan ini)

During the past 30 days, how many times per day did you usually drink carbonated soft drinks, such as Coca-Cola, Sprite, Pepsi, Mirinda Orange, or 100-Plus? (Do not include diet soft drinks.)

- A. Saya tidak minum air berkarbonat dalam 30 hari yang lepas  
I did not drink carbonated soft drinks during the past 30 days
- B. Kurang dari 1 kali dalam sehari  
Less than one time per day
- C. 1 kali sehari  
1 time per day
- D. 2 kali sehari

- 2 times per day
- E. 3 kali sehari  
3 times per day
- F. 4 kali sehari  
4 times per day
- G. 5 kali atau lebih sehari  
5 or more times per day

15. Dalam tempoh 7 hari yang lepas, berapa hari anda makan makanan segera dari restoran makanan segera seperti McDonalds, Ayamku, Jollibee, KFC atau Pizza Hut?  
During the past 7 days, on how many days did you eat food from a fast food restaurant, such as McDonalds, Ayamku, Jollibee, KFC, or Pizza Hut?

- A. 0 hari  
0 days
- B. 1 hari  
1 day
- C. 2 hari  
2 days
- D. 3 hari  
3 days
- E. 4 hari  
4 days
- F. 5 hari  
5 days
- G. 6 hari  
6 days
- H. 7 hari  
7 days

**6 soalan seterusnya adalah berkenaan amalan pembersihan gigi dan membasuh tangan.  
The next 6 questions ask about cleaning your teeth and washing your hands.**

16. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kali dalam sehari anda membersih atau memberus gigi anda?  
During the past 30 days, how many times per day did you usually clean or brush your teeth?

- A. Saya tidak membersih atau memberus gigi dalam 30 hari yang lepas  
I did not clean or brush my teeth during the past 30 days
- B. Kurang dari 1 kali dalam sehari  
Less than 1 time per day
- C. 1 kali sehari  
1 time per day
- D. 2 kali sehari  
2 times per day
- E. 3 kali sehari  
3 times per day
- F. 4 kali sehari  
4 or more times per day

17. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas, adakah anda pernah tidak masuk kelas atau tidak hadir kesekolah disebabkan oleh sakit gigi?  
During the past 12 months, did a tooth ache cause you to miss classes or school?

- A. Ya  
Yes
- B. Tidak  
No

18. Bilakah kali terakhir anda berjumpa dengan doktor gigi untuk pemeriksaan, membersihkan gigi atau lain-lain rawatan gigi?  
When was the last time you saw a dentist for a check-up, exam, teeth cleaning, or other dental work?

- A. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas  
During the past 12 months
- B. Diantara 12 dan 24 bulan yang lepas  
Between 12 and 24 months ago
- C. Lebih daripada 24 bulan yang lalu  
More than 24 months ago
- D. Tidak pernah  
Never
- E. Saya tidak tahu  
I do not know

19. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kerap anda membasuh tangan sebelum makan? During the past 30 days, how often did you wash your hands before eating?

- A. Tidak pernah  
Never
- B. Jarang-jarang  
Rarely
- C. Kadang-kadang  
Sometimes
- D. Kebanyakan masa  
Most of the time
- E. Setiap kali  
Always

20. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kerap anda membasuh tangan selepas menggunakan tandas?

During the past 30 days, how often did you wash your hands after using the toilet or latrine?

- A. Tidak pernah  
Never
- B. Jarang-jarang  
Rarely
- C. Kadang-kadang  
Sometimes
- E. Kebanyakan masa  
Most of the time
- F. Setiap kali  
Always

21. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kerap anda menggunakan sabun semasa membasuh tangan anda?

During the past 30 days, how often did you use soap when washing your hands?

- A. Tidak pernah  
Never
- B. Jarang-jarang  
Rarely
- C. Kadang-kadang  
Sometimes

- D. Kebanyakan masa  
Most of the time
- E. Setiap kali  
Always

**Soalan berikutnya adalah berkenaan serangan fizikal. Serangan fizikal berlaku apabila seorang atau lebih ramai orang menyerang individu lain dengan anggota badan atau senjata seperti kayu, pisau atau senjata api. Serangan fizikal tidak diambil kira jika dua pelajar yang sama saiz atau kekuatan memilih untuk bergaduh secara fizikal. The next question asks about physical attacks. A physical attack occurs when one or more people hit or strike someone, or when one or more people hurt another person with a weapon (such as a stick, knife, or gun). It is not a physical attack when two students of about the same strength or power choose to fight each other.**

22. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas, berapa kali anda telah diserang secara fizikal?

During the past 12 months, how many times were you physically attacked?

- A. 0 kali  
0 times
- B. 1 kali  
1 time
- C. 2 atau 3 kali  
2 or 3 times
- D. 4 atau 5 kali  
4 or 5 times
- E. 6 atau 7 kali  
6 or 7 times
- F. 8 atau 9 kali  
8 or 9 times
- G. 10 atau 11 kali  
10 or 11 times
- H. 12 kali atau lebih  
12 or more times

**Soalan seterusnya adalah berkaitan dengan pergaduhan fizikal seperti bertumbuk.**

**Pergaduhan fizikal berlaku apabila dua pelajar yang sama saiz atau kekuatan memilih untuk bergaduh secara fizikal.**

**The next question asks about physical fights (such as a fist fight). A physical fight occurs when two students of about the same strength or power choose to fight each other.**

23. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas, berapa kali anda terlibat dalam pergaduhan secara fizikal?  
During the past 12 months, how many times were you in a physical fight?

- A. 0 kali  
0 times
- B. 1 kali  
1 time
- C. 2 atau 3 kali  
2 or 3 times
- D. 4 atau 5 kali  
4 or 5 times
- E. 6 atau 7 kali  
6 or 7 times
- F. 8 atau 9 kali  
8 or 9 times
- G. 10 atau 11 kali  
10 or 11 times
- H. 12 kali atau lebih  
12 or more times

**3 soalan seterusnya adalah berkenaan kecederaan serius yang pernah anda alami. Kecederaan serius berlaku apabila anda tidak hadir sekurang-kurangnya satu hari aktiviti biasa yang dilakukan (termasuk sekolah, sukan atau kerja) atau kecederaan yang memerlukan rawatan daripada doktor atau jururawat.**

**The next 3 questions ask about serious injuries that happened to you. An injury is serious when it makes you miss at least one full day of usual activities (such as school, sports, or a job) or requires treatment by a doctor or nurse.**

24. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas, berapa kali anda mengalami kecederaan serius?

During the past 12 months, how many times were you seriously injured?

- A. 0 kali  
0 times
- B. 1 kali  
1 time
- C. 2 atau 3 kali  
2 or 3 times
- D. 4 atau 5 kali  
4 or 5 times
- E. 6 atau 7 kali  
6 or 7 times
- F. 8 atau 9 kali  
8 or 9 times
- G. 10 atau 11 kali  
10 or 11 times
- H. 12 kali atau lebih  
12 or more times

25. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas, apakah kecederaan yang paling serius yang anda pernah alami?

During the past 12 months, what was the most serious injury that happened to you?

- A. Saya tidak mengalami kecederaan dalam tempoh 12 bulan yang lepas  
I was not seriously injured during the past 12 months
- B. Patah tulang atau sendi terkehel  
I had a broken bone or a dislocated joint
- C. Luka atau tikaman  
I had a cut or stab wound
- D. Gegaran (konkusi) kepala atau kecederaan leher, pengsan, atau tidak boleh bernafas  
I had a concussion or other head or neck injury, was knocked out, or could not breathe
- E. Kecederaan senjata api  
I had a gunshot wound
- F. Kebakaran kulit yang serius  
I had a bad burn
- G. Diracun atau mengambil ubat berlebihan



- I was poisoned or took too much of a drug  
H. Sesuatu yang lain berlaku kepada saya  
Something else happened to me

26. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas, apakah penyebab utama terhadap kecederaan serius yang anda alami?  
During the past 12 months, **what was the major cause** of the most serious injury that happened to you?
- A. Saya tidak mengalami kecederaan dalam 12 bulan yang lepas  
I was not seriously injured during the past 12 months
- B. Saya terlibat dalam kemalangan kenderaan  
I was in a motor vehicle accident or hit by a motor vehicle
- C. Saya terjatuh  
I fell
- D. Sesuatu telah jatuh atau terkena saya  
Something fell on me or hit me
- E. Saya telah diserang atau didera atau bergaduh dengan orang lain  
I was attacked or abused or was fighting with someone
- F. Saya terlibat dalam kebakaran atau berada terlalu dekat dengan api atau sesuatu yang panas  
I was in a fire or too near a flame or something hot
- G. Saya sedut atau telan sesuatu yang membahayakan saya  
I inhaled or swallowed something bad for me
- G. Sesuatu yang lain menyebabkan kecederaan saya  
Something else caused my injury

**3 soalan seterusnya adalah berkenaan buli. Buli berlaku apabila seorang atau sekumpulan pelajar mengata atau melakukan sesuatu yang tidak menyenangkan pelajar lain. Seseorang juga boleh dikatakan dibuli apabila dia diejek secara**

**berterusan atau dipulaukan dengan sengaja. Buli tidak diambil kira apabila dua pelajar yang sama saiz atau kekuatan bergaduh atau ejekan dilakukan secara bergurau atau berseronok bagi kedua-dua pihak.**

**The next 3 questions ask about bullying. Bullying occurs when a student or group of students say or do bad and unpleasant things to another student. It is also bullying when a student is teased a lot in an unpleasant way or when a student is left out of things on purpose. It is not bullying when two students of about the same strength or power argue or fight or when teasing is done in a friendly and fun way.**

27. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa hari anda telah dibuli?  
During the past 30 days, on how many days were you bullied?
- A. 0 hari  
0 days
- B. 1 atau 2 hari  
1 or 2 days
- C. 3 hingga 5 hari  
3 to 5 days
- D. 6 hingga 9 hari  
6 to 9 days
- E. 10 hingga 19 hari  
10 to 19 days
- F. 20 hingga 29 hari  
20 to 29 days
- G. Kesemua 30 hari  
All 30 days
28. Dalam 30 hari yang lepas, apakah perlakuan buli paling kerap anda alami?  
During the past 30 days, how were you bullied **most often**?
- A. Saya tidak dibuli dalam 30 hari yang lepas  
I was not bullied during the past 30 days
- B. Saya telah dipukul, ditendang, ditolak atau dikunci dalam suatu tempat

I was hit, kicked, pushed, shoved around, or locked indoors

C. Saya telah diejek kerana bangsa, kerakyatan atau warna kulit saya

I was made fun of because of my race, nationality, or color

D. Saya telah diejek kerana agama saya

I was made fun of because of my religion.

E. Saya telah diejek dengan gurauan seksual secara komen atau perilaku

I was made fun of with sexual jokes, comments, or gestures

F. Saya telah dipulau dari apa-apa aktiviti secara sengaja atau langsung tidak dipedulikan

I was left out of activities on purpose or completely ignored

G. Saya diejek kerana bentuk badan atau paras rupa saya I was made fun of because of how my body or face looks

H. Saya telah dibuli dengan cara lain

I was bullied in some other way

29. Dalam 12 bulan yang lepas, pernahkan anda di buli secara elektronik (termasuk buli melalui emel, bilik 'chat', laman sesawang, pesanan ringkas atau SMS)?

During the past 12 months, have you ever been bullied electronically (include being bullied through email, chat rooms, websites, instant messaging or texting)?

A. Ya

Yes

B. Tidak

No

**6 soalan seterusnya adalah berkenaan perasaan dan persahabatan anda.**

**The next 6 questions ask about your feelings and friendships.**

30. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas, berapa kerap anda merasa kesunyian?

During the past 12 months, how often have you felt lonely?

A. Tidak pernah

Never

B. Jarang-jarang

Rarely

C. Kadang-kadang

Sometimes

D. Kebanyakan masa

Most of the time

D. Setiap kali

Always

31. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas, berapa kerap anda merasa terlalu risau tentang sesuatu perkara sehingga anda tidak dapat tidur di waktu malam?

During the past 12 months, how often have you been so worried about something that you could not sleep at night?

A. Tidak pernah

Never

C. Jarang-jarang

Rarely

D. Kadang-kadang

Sometimes

D. Kebanyakan masa

Most of the time

E. Setiap kali

Always

32. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas, pernahkah anda terfikir secara serius untuk membunuh diri?

During the past 12 months, did you ever

**seriously** consider attempting suicide?

A. Ya

Yes

B. Tidak

No

33. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas, adakah anda membuat perancangan untuk membunuh diri?

During the past 12 months, did you make a plan about how you would attempt suicide?

- A. Ya  
Yes
- B. Tidak  
No

34. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas, berapa kali anda telah cuba untuk membunuh diri? During the past 12 months, how many times did you actually attempt suicide?

- A. 0 kali  
0 times
- B. 1 kali  
1 time
- C. 2 atau 3 kali  
2 or 3 times
- D. 4 atau 5 kali  
4 or 5 times
- E. 6 kali atau lebih  
6 or more times

35. Berapa ramai kawan rapat yang anda ada? How many close friends do you have?

- A. 0 kawan  
0
- B. 1 kawan  
1
- B. 2 kawan  
2
- C. 3 atau lebih  
3 or more

**7 soalan seterusnya adalah berkenaan rokok dan lain-lain penggunaan tembakau**  
**The next 7 questions ask about cigarette and other tobacco use.**

36. Berapakah umur anda ketika kali pertama menghisap rokok?  
How old were you when you first tried a cigarette?

- A. Saya tidak pernah merokok  
I have never smoked cigarettes
- B. 7 tahun atau ke bawah  
7 years old or younger
- C. 8 atau 9 tahun  
8 or 9 years old
- D. 10 atau 11 tahun  
10 or 11 years old
- E. 12 atau 13 tahun  
12 or 13 years old
- F. 14 atau 15 tahun  
14 or 15 years old
- H. 16 tahun atau 17 tahun  
16 or 17 years old
- H. 18 tahun dan ke atas  
18 years old or older

37. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa hari anda merokok?  
During the past 30 days, on how many days did you smoke cigarettes?

- A. 0 hari  
0 days
- B. 1 atau 2 hari  
1 or 2 days
- C. 3 atau 5 hari  
3 to 5 days
- D. 6 atau 9 hari  
6 to 9 days
- E. 10 atau 19 hari  
10 to 19 days
- F. 20 atau 29 hari  
20 to 29 days
- G. Kesemua 30 hari  
All 30 days

38. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa hari anda menggunakan produk tembakau lain selain rokok seperti shisha/hookah, rokok karan, tembakau sedut, tembakau kunyah, paip, curut, cigar, cigarillo atau bidi?  
During the past 30 days, on how many days did you use any tobacco products other than cigarettes, such as shisha/hookah, electronic

cigarettes, snuff, chewing tobacco, pipe, curut, cigar, cigarillo, or bidis?

- A. 0 hari  
0 days
- B. 1 atau 2 hari  
1 or 2 days
- C. 3 hingga 5 hari  
2 to 5 days
- D. 6 hingga 9 hari  
6 to 9 days
- E. 10 hingga 19 hari  
10 to 19 days
- F. 20 hingga 29 hari  
20 to 29 days
- G. Kesemua 30 hari  
All 30 days

39. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, bagaimana caranya anda mendapatkan produk tembakau yang anda gunakan? SILA PILIH SATU  
JAWAPAN SAHAJA  
During the past 30 days, how did you usually get the tobacco products you used? SELECT ONLY ONE RESPONSE.

- A. Saya tidak pernah menggunakan produk tembakau dalam tempoh 30 hari yang lepas  
I did not use any tobacco products during the past 30 days
- B. Saya membelinya di pasaraya, kedai runcit atau penjual jalanan  
I bought them in a store, shop, or from a street vendor
- C. Saya memberikan wang kepada orang lain untuk membelikan untuk saya  
I gave someone else money to buy them for me
- D. Saya mendapatkannya daripada kawan  
I got them from friends
- E. Saya mendapatkannya daripada ahli keluarga  
I got them from my family
- F. Saya mencuri atau mendapatkannya tanpa kebenaran  
I stole them or got them without permission
- G. Saya mendapatkannya dengan cara lain

I got them some other way

40. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas, adakah anda cuba untuk berhenti merokok?  
During the past 12 months, have you ever tried to stop smoking cigarettes?

- A. Saya tidak pernah merokok  
I have never smoked cigarettes
- B. Saya tidak pernah merokok dalam tempoh 12 bulan yang lepas  
I did not smoke cigarettes during the past 12 months
- C. Ya  
Yes
- D. Tidak  
No

41. Dalam tempoh 7 hari yang lepas, berapa hari anda bersama dengan perokok yang sedang merokok?  
During the past 7 days, on how many days have people smoked in your presence?

- A. 0 hari  
0 days
- B. 1 atau 2 hari  
1 or 2 days
- C. 3 atau 4 hari  
3 or 4 days
- D. 5 atau 6 hari  
5 or 6 days
- E. Kesemua 7 hari  
All 7 days

42. Antara bapa, ibu atau penjaga, siapa ada mengguna produk tembakau?  
Which of your parents or guardians use any form of tobacco?

- A. Kedua-duanya tidak merokok  
Neither
- B. Ayah atau penjaga lelaki  
My father or male guardian
- C. Ibu atau penjaga perempuan  
My mother or female guardian

- D. Kedua-duanya  
Both
- E. Saya tidak tahu  
I do not know

**6 soalan berikutnya adalah berkenaan meminum minuman beralkohol. Meminum minuman beralkohol termasuk meminum tuak, lihing, bahar, ijuk atau todi. Minuman beralkohol tidak termasuk beberapa hirup wain untuk tujuan keagamaan. Satu “minuman” merujuk kepada satu gelas wain, sebotol bir; segelas kecil arak, atau minuman campuran.**

**The next 6 questions ask about drinking alcohol. This includes drinking tuak, lihing, bahar, ijuk, or toddy. Drinking alcohol does not include drinking a few sips of wine for religious purposes. A “drink” is a glass of wine, a bottle of beer, a small glass of liquor, or a mixed drink.**

43. Berapakah umur anda ketika kali pertama anda minum minuman beralkohol?  
How old were you when you had your first drink of alcohol other than a few sips?

- A. Saya tidak pernah minum minuman beralkohol  
I have never had a drink of alcohol other than a few sips
- B. 7 tahun atau ke bawah  
7 years old or younger
- C. 8 atau 9 tahun  
8 or 9 years old
- D. 10 atau 11 tahun  
10 or 11 years old
- E. 12 atau 13 tahun  
12 or 13 years old
- F. 14 atau 15 tahun  
14 or 15 years old
- G. 16 atau 17 tahun  
16 or 17 years old
- H. 18 tahun dan ke atas

18 years old or older

44. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa hari anda mengambil sekurang-kurangnya satu minuman mengandungi alkohol?

During the past 30 days, on how many days did you have at least one drink containing alcohol?

- A. 0 hari  
0 days
- B. 1 atau 2 hari  
1 or 2 days
- C. 3 hingga 5 hari  
3 to 5 days
- D. 6 hingga 9 hari  
6 to 9 days
- E. 10 hingga 19 hari  
10 to 19 days
- F. 20 hingga 29 hari  
20 to 29 days
- F. Kesemua 30 hari  
All 30 days

45. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, pada hari anda minum minuman beralkohol; berapa banyak minuman yang anda biasa ambil dalam sehari?

During the past 30 days, on the days you drank alcohol, how many drinks did you **usually** drink per day?

- A. Saya tidak minum minuman beralkohol dalam 30 hari yang lepas  
I did not drink alcohol during the past 30 days
- B. Kurang dari satu minuman  
Less than one drink
- C. 1 minuman  
1 drink
- D. 2 minuman  
2 drinks
- E. 3 minuman  
3 drinks
- F. 4 minuman  
4 drinks
- G. 5 minuman atau lebih  
5 drinks or more

46. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, biasanya bagaimana anda mendapatkan minuman beralkohol? SILA PILIH SATU JAWAPAN SAHAJA

During the past 30 days, how did you **usually** get the alcohol you drank? SELECT ONLY ONE RESPONSE.

- A. Saya tidak minum minuman beralkohol dalam 30 hari yang lepas  
I did not drink alcohol during the past 30 days
- B. Saya membelinya di pasaraya, kedai runcit atau penjual jalanan  
I bought it in a store, shop, or from a street vendor
- C. Saya beri duit kepada orang lain untuk membeli  
I gave someone else money to buy it for me
- D. Saya mendapatkannya daripada kawan  
I got it from my friends
- E. Saya mendapatkannya daripada ahli keluarga  
I got it from my family
- F. Saya mencuri atau mendapatkannya tanpa kebenaran  
I stole it or got it without permission
- G. Saya mendapatkannya dengan cara lain  
I got it some other way

**Terhuyung-hayang semasa berjalan, tidak mampu bercakap dengan betul, dan muntah adalah tanda seseorang itu terlalu mabuk.**

**Staggering when walking, not being able to speak right, and throwing up are some signs of being really drunk.**

47. Sepanjang hidup anda, berapa kali anda minum minuman alkohol berlebihan sehingga betul-betul mabuk?  
During your life, how many times did you drink so much alcohol that you were really drunk?

- A. 0 kali

0 times

- B. 1 atau 2 kali  
1 or 2 times
- C. 3 hingga 9 kali  
3 to 9 times
- D. 10 kali atau lebih  
10 or more times

48. Sepanjang hidup anda, berapa kali anda mendapat kesusahan dengan ahli keluarga atau kawan, tidak ke sekolah, atau bertumbuk, akibat daripada minum minuman beralkohol?

During your life, how many times have you got into trouble with your family or friends, missed school, or got into fights, as a result of drinking alcohol?

- A. 0 kali  
0 times
- B. 1 atau 2 kali  
1 or 2 times
- C. 3 hingga 9 kali  
3 to 9 times
- D. 10 kali atau lebih  
10 or more times

**4 soalan berikutnya adalah berkenaan penggunaan dadah termasuk ganja, amfitamin, ice, kokain, heroin, morfin, gam, ecstasy, kodien dan diazepam.**

**The next 4 questions ask about drug use. This includes using marijuana, amphetamines, ice, cocaine, heroin, morphine, glue, ecstasy, codeine, and diazepam.**

49. Berapa umur anda ketika pertama kali anda menggunakan dadah?  
How old were you when you first used drugs?

- A. Saya tidak pernah menggunakan dadah

- I have never used drugs
- B. 7 tahun atau ke bawah  
7 years old or younger
  - C. 8 atau 9 tahun  
8 or 9 years old
  - D. 10 atau 11 tahun  
10 or 11 years old
  - E. 12 atau 13 tahun  
12 or 13 years old
  - F. 14 atau 15 tahun  
14 or 15 years old
  - G. 16 atau 17 tahun  
16 or 17 years old
  - H. 18 tahun atau ke atas  
18 years old or older
50. Sepanjang hidup anda, berapa kali anda telah menggunakan marijuana (ganja) atau cannabis?  
During your life, how many times have you used marijuana, ganja, or cannabis?
- A. 0 kali  
0 times
  - B. 1 atau 2 kali  
1 or 2 times
  - C. 3 hingga 9 kali  
3 to 9 times
  - D. 10 hingga 19 kali  
10 to 19 times
  - E. 20 kali atau lebih  
20 or more times
51. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kali anda menggunakan marijuana (ganja) atau cannabis?  
During the past 30 days, how many times have you used marijuana, ganja, or cannabis?
- A. 0 kali  
0 times
  - B. 1 atau 2 kali  
1 or 2 times
  - C. 3 hingga 9 kali  
3 to 9 times
  - D. 10 hingga 19 kali  
10 to 19 times

- E. 20 kali atau lebih  
20 or more times
52. Sepanjang hidup anda, berapa kali anda telah menggunakan amfitamin atau methamphetamines (syabu, ice, atau kristal)?  
During your life, how many times have you used amphetamines or methamphetamines (also called syabu, ice, or kristal)?
- A. 0 kali  
0 times
  - B. 1 atau 2 kali  
1 or 2 times
  - C. 3 hingga 9 kali  
3 to 9 times
  - D. 10 hingga 19 kali  
10 to 19 times
  - E. 20 kali atau lebih  
20 or more times

**6 soalan berikutnya adalah berkenaan hubungan seksual.**

**The next 6 questions ask about sexual intercourse.**

53. Pernahkah anda melakukan hubungan seksual/ persetubuhan?  
Have you ever had sexual intercourse?
- A. Ya  
Yes
  - B. Tidak  
No
54. Berapa umur anda ketika kali pertama melakukan hubungan seksual/ persetubuhan?  
How old were you when you had sexual intercourse for the first time?
- A. Saya tidak pernah melakukan hubungan seksual /persetubuhan  
I have never had sexual intercourse
  - B. 11 tahun atau ke bawah  
11 years old or younger
  - C. 12 tahun

- 12 years old
- D. 13 tahun  
13 years old
- E. 14 tahun  
14 years old
- E. 15 tahun  
15 years old
- G. 16 atau 17 tahun  
16 or 17 years old
- H. 18 tahun atau ke atas  
18 years old or older
55. Sepanjang hidup anda, berapa ramai orang yang anda telah lakukan hubungan seksual/persetubuhan?  
During your life, with how many people have you had sexual intercourse?
- A. Saya tidak pernah melakukan hubungan seksual /persetubuhan  
I have never had sexual intercourse
- B. 1 orang  
1 person
- C. 2 orang  
2 people
- D. 3 orang  
3 people
- E. 4 orang  
4 people
- F. 5 orang  
5 people
- G. 6 orang atau lebih  
6 or more people
56. Kali terakhir anda melakukan hubungan seksual/persetubuhan; adakah anda atau pasangan anda menggunakan kondom?  
The **last time** you had sexual intercourse, did you or your partner use a condom?
- A. Saya tidak pernah melakukan hubungan seksual/persetubuhan  
I have never had sexual intercourse
- B. Ya  
Yes
- C. Tidak

No

57. Kali terakhir anda melakukan hubungan seksual/persetubuhan, adakah anda atau pasangan anda menggunakan kaedah pencegahan kehamilan lain seperti teknik pancutan luar, masa selamat, pil pencegah kehamilan, ataupun kaedah lain?  
The **last time** you had sexual intercourse, did you or your partner use any other method of birth control, such as withdrawal, rhythm (safe time), birth control pills, or any other method to prevent pregnancy?
- A. Saya tidak pernah melakukan hubungan seksual/persetubuhan  
I have never had sexual intercourse
- B. Ya  
Yes
- C. Tidak  
No
- D. Saya tidak tahu  
I do not know
58. Adakah melakukan persetubuhan sebelum nikah haram bagi agama anda?  
Is having sexual intercourse before marriage prohibited by your religion?
- A. Ya  
Yes
- B. Tidak  
No
- C. Saya tidak tahu  
I do not know

**5 Soalan berikutnya adalah berkenaan jangkitan HIV atau AIDS.**



**The next 5 questions ask about HIV or AIDS infection.**

59. Bolehkah seseorang melindungi diri mereka sendiri daripada jangkitan HIV atau AIDS dengan menggunakan kondom setiap kali mereka melakukan hubungan seksual?  
Can people protect themselves from HIV infection or AIDS by using a condom correctly every time they have sexual intercourse?

A. Ya  
Yes  
B. Tidak  
No  
C. Saya tidak tahu  
I do not know

60. Bolehkah seseorang dijangkiti HIV atau AIDS melalui gigitan nyamuk?  
Can people get HIV infection or AIDS from mosquito bites?

A. Ya  
Yes  
B. Tidak  
No  
C. Saya tidak tahu  
I do not know

61. Bolehkah seseorang dijangkiti HIV atau AIDS dengan berkongsi makanan dengan seseorang yang dijangkiti kuman tersebut?  
Can people get HIV infection or AIDS by sharing a meal with someone who is infected?

A. Ya  
Yes  
B. Tidak  
No  
C. Saya tidak tahu  
I do not know

62. Bolehkah seseorang melindungi diri mereka daripada jangkitan HIV atau AIDS dengan

mempunyai pasangan yang setia yang tidak dijangkiti?

Can people protect themselves from HIV infection or AIDS by having one uninfected faithful partner?

A. Ya  
Yes  
B. Tidak  
No  
C. Saya tidak tahu  
I do not know

63. Bolehkah seseorang yang kelihatan sihat dijangkiti HIV?  
Can a healthy-looking person be infected with HIV?

A. Ya  
Yes  
B. Tidak  
No  
C. Saya tidak tahu  
I do not know

**3 soalan seterusnya adalah berkenaan aktiviti fizikal. Aktiviti fizikal adalah apa-apa aktiviti yang meningkatkan kadar denyutan jantung dan menyebabkan kita bernafas dengan kuat. Aktiviti fizikal boleh dilakukan dalam sukan, bermain dengan kawan, atau berjalan ke sekolah. Contoh aktiviti fizikal termasuklah berlari, berjalan pantas, berbasikal, menari, dan bola sepak.**

**The next 3 questions ask about physical activity. Physical activity is any activity that increases your heart rate and makes you get out of breath some of the time. Physical activity can be done in sports, playing with friends, or walking to school. Some examples of physical activity are running, fast walking, biking, dancing, and football.**

64. Dalam tempoh 7 hari yang lepas, berapa hari anda melakukan aktiviti fizikal untuk sekurang-kurangnya 60 minit setiap hari? JUMLAHKAN MASA ANDA MELAKUKAN APA-APA AKTIVITI FIZIKAL SETIAP HARI

During the past **7 days**, on how many days were you physically active for a total of at least 60 minutes per day? ADD UP ALL THE TIME YOU SPENT IN ANY KIND OF PHYSICAL ACTIVITY EACH DAY.

- A. 0 hari  
0 days
- B. 1 hari  
1 day
- C. 2 hari  
2 days
- D. 3 hari  
3 days
- E. 4 hari  
4 days
- F. 5 hari  
5 days
- G. 6 hari  
6 days
- H. 7 hari  
7 days

65. Dalam tempoh 7 hari yang lepas, berapa hari anda berjalan kaki atau berbasikal ke sekolah atau balik ke rumah?  
During the past 7 days, on how many days did you walk or ride a bicycle to or from school?

- A. 0 hari  
0 days
- B. 1 hari  
1 day
- C. 2 hari  
2 days
- D. 3 hari  
3 days
- E. 4 hari  
4 days

- F. 5 hari  
5 days
- G. 6 hari  
6 days
- H. 7 hari  
7 days

66. Sepanjang tahun persekolahan tahun ini, berapa kali anda mengikuti kelas pendidikan jasmani dan kesihatan (PJK) setiap minggu?  
During this school year, on how many days did you go to physical education (PE) class each week?

- A. 0 hari  
0 days
- B. 1 hari  
1 day
- C. 2 hari  
2 days
- D. 3 hari  
3 days
- E. 4 hari  
4 days
- F. 5 hari  
5 or more days

**Soalan berikutnya adalah berkenaan masa yang anda habiskan dengan duduk semasa tidak di sekolah atau semasa membuat kerja rumah.**  
**The next question asks about the time you spend mostly sitting when you are not in school or doing homework.**

67. Biasanya berapa masa yang anda habiskan untuk duduk sama ada untuk menonton televisyen, bermain permainan computer, berbual dengan kawan atau apa-apa aktiviti yang memerlukan anda duduk?  
How much time do you spend during a **typical or usual** day sitting and watching television, playing computer games, talking with friends, or doing other sitting activities?

- A. Kurang dari 1 jam sehari  
Less than 1 hour per day

- B. 1 hingga 2 jam sehari  
1 to 2 hours per day
- C. 3 hingga 4 jam sehari  
3 to 4 hours per day
- D. 5 hingga 6 jam sehari  
5 to 6 hours per day
- E. 7 hingga 8 jam sehari  
7 to 8 hours per day
- F. Lebih dari 8 jam sehari  
More than 8 hours per day

**Soalan seterusnya adalah berkenaan dengan tidur**  
**The next question asks about your sleep.**

68. Secara purata malam hari sekolah, berapa jam tidur yang anda dapat?  
On an average school night, how many hours of sleep do you get?
- A. 4 jam atau kurang  
4 or less hours
  - B. 5 jam  
5 hours
  - C. 6 jam  
6 hours
  - D. 7 jam  
7 hours
  - E. 8 jam  
8 hours
  - F. 9 jam  
9 hours
  - G. 10 jam atau lebih  
10 or more hours

**6 soalan seterusnya adalah berkenaan pengalaman anda di sekolah dan di rumah.**  
**The next 6 questions ask about your experiences at school and at home.**

69. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa hari anda tidak hadir ke kelas atau sekolah tanpa kebenaran?

During the past 30 days, on how many days did you miss classes or school without permission?

- A. 0 hari  
0 days
- B. 1 atau 2 hari  
1 or 2 days
- C. 3 hingga 5 hari  
3 to 5 days
- D. 6 hingga 9 hari  
6 to 9 days
- E. 10 hari atau lebih  
10 or more days

70. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kerap rakan sekolah anda bersikap baik hati dan suka membantu?

During the past 30 days, how often were most of the students in your school kind and helpful?

- A. Tidak pernah  
Never
- B. Jarang-jarang  
Rarely
- C. Kadang-kadang  
Sometimes
- D. Kebanyakan masa  
Most of the time
- E. Setiap kali  
Always

71. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kerap ibu bapa atau penjaga anda menyemak kerja sekolah anda?

During the past 30 days, how often did your parents or guardians check to see if your homework was done?

- A. Tidak pernah  
Never
- B. Jarang-jarang  
Rarely
- C. Kadang-kadang

- Sometimes  
 D. Kebanyakan masa  
 Most of the time  
 E. Setiap kali  
 Always

72. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kerap ibu bapa atau penjaga anda cuba memahami masalah dan kebimbangan anda?

During the past 30 days, how often did your parents or guardians understand your problems and worries?

- A. Tidak pernah  
 Never  
 B. Jarang-jarang  
 Rarely  
 C. Kadang-kadang  
 Sometimes  
 D. Kebanyakan masa  
 Most of the time  
 E. Setiap kali  
 Always

73. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kerap ibu bapa atau penjaga anda benar-benar tahu apa yang anda lakukan pada masa lapang?

During the past 30 days, how often did your parents or guardians **really** know what you were doing with your free time?

- A. Tidak pernah  
 Never  
 B. Jarang-jarang  
 Rarely  
 C. Kadang-kadang  
 Sometimes  
 D. Kebanyakan masa  
 Most of the time  
 E. Setiap kali  
 Always

74. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kerap ibu bapa atau penjaga anda benar-benar tahu apa yang anda lakukan pada masa lapang?

During the past 30 days, how often did your parents or guardians go through your things without your approval?

- A. Tidak pernah  
 Never  
 B. Jarang –jarang  
 Rarely  
 C. Kadang-kadang  
 Sometimes  
 D. Kebanyakan masa  
 Most of the time  
 E. Setiap kali  
 Always