

KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA  
&  
KEMENTERIAN PELAJARAN MALAYSIA



TINJAUAN KEBANGSAAN  
KESIHATAN & MORBIDITI  
(NHMS)

*THE NATIONAL HEALTH  
MORBIDITY SURVEY (NHMS)*

2012

MODUL SURVEI KESIHATAN PELAJAR  
SEKOLAH GLOBAL (GSHS) MALAYSIA

*GLOBAL SCHOOL-BASED STUDENT  
HEALTH SURVEY MODULE (GSHS)  
MALAYSIA*

Jln. Rumah Sakit Bangsar, 59000 Kuala Lumpur

## PENGENALAN INTRODUCTION

Kementerian Kesihatan Malaysia dengan kerjasama Kementerian Pelajaran Malaysia dan Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) sedang menjalankan tinjauan yang berkaitan kesihatan remaja. Survei ini adalah berkenaan dengan kesihatan anda dan tindakan yang anda ambil yang memberi kesan kepada kesihatan anda.

*The Ministry of Health Malaysia with the cooperation of the Ministry of Education Malaysia and the World Health Organization (WHO) is conducting a survey on adolescent health. This survey is about your health and the things that you do that may affect your health.*

Terima kasih kerana bersetuju untuk menyertai tinjauan ini. Tiada jawapan yang **BETUL** atau **SALAH**. **Markah peperiksaan anda tidak akan terjejas** sekiranya anda menjawab atau tidak menjawab soalan dalam survei ini. Setiap jawapan yang anda berikan boleh membantu memantapkan program kesihatan untuk remaja. Oleh itu, sila jawab dengan ikhlas dan tepat.

*Thank you for agreeing to participate in this survey. There are no **CORRECT** or **WRONG** answers. **None of your grades or marks will be affected** whether or not you answer the questions. Each answer that you provide will help in the improvisation of health programs for adolescents. Therefore, please answer as honestly and accurately as possible.*

Segala maklumat individu yang diberikan adalah **RAHSIA** kerana **TIADA MAKLUMAT PENGENALAN DIRI DIAMBIL** dan **TIDAK AKAN DIDEPAHKAN**. Tiada siapa akan tahu bagaimana anda menjawab. Sila jawab berdasarkan apa yang anda tahu.

*All individual information given will be kept **SECRET** because **NO IDENTIFIERS ARE TAKEN** nor **WILL BE EXPOSED**. No one will know how you answer. Answer the questions based on your best of knowledge.*

## PANDUAN MENGISI BORANG (SILA BACA DENGAN TELITI) GUIDE ON FILING THE QUESTIONNAIRE (PLEASE READ CAREFULLY)

- a. **JANGAN** tulis **NAMA ANDA** pada kertas soalan mahupun kertas jawapan.

***DO NOT** write **YOUR NAME** on the questionnaire or the answer sheet.*

- b. Sila **BACA PERNYATAAN** untuk soalan yang memberikan pernyataan atau definisi sebelum menjawab soalan.

*Please **READ STATEMENT** for questions with a preceeding statement or definition before answering.*

- c. Sila **HITAMKAN** jawapan yang bersamaan jawapan anda pada kertas jawapan yang disediakan. Hanya hitamkan **SATU JAWAPAN** bagi setiap soalan. Sila gunakan pensel 2B yang disediakan. Sekiranya lengkap, ikut arahan pegawai yang melakukan survei di sekolah/kelas anda

*Please **FILL IN THE CIRCLES** on your answer sheet that matches your answer. There can be **ONLY ONE ANSWER** for each question. Use only the provided 2B pencil. When you are done, follow the instructions of the person conducting the survey in your school/class.*

### 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*

**SURVEI/SURVEY**



**BUKAN SEPERTI INI**

*NOT LIKE THIS*



**ATAU  
OR**



1. Adakah ikan tinggal dalam air?

- A. ya  
B. Tidak

1. Do fish live in water?

- a. Yes  
b. No

**Borang jawapan**

1.



*Answer sheet*

## BAHAGIAN 1

### PART 1

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 tingkatan/kelas apa?

*In what form/class are you?*

- a. Kelas peralihan  
*Remove class*
- b. Tingkatan 1  
*Form 1*
- c. Tingkatan 2  
*Form 2*
- d. Tingkatan 3  
*Form 3*
- e. Tingkatan 4  
*Form 4*
- f. Tingkatan 5  
*Form 5*

4. Apakah etnik anda?

*What is your ethnicity?*

- a. Melayu  
*Malay*
- b. Cina  
*Chinese*
- c. India  
*Indian*
- d. Bumiputera Sabah  
*Bumiputera Sabah*
- e. Bumiputera Sarawak  
*Bumiputera Sarawak*
- f. Lain-lain etnik  
*Some other ethnicity*

5. Apakah status perkahwinan ibu bapa anda?

*What is the marital status of your parents?*

- a. Berkahwin dan tinggal bersama  
*Married and living together*
- b. Berkahwin tapi tidak tinggal bersama atas dasar bekerja di tempat lain  
*Married but living apart due to working in another place*
- c. Berceraai  
*Divorced*
- d. Balu (ayah atau ibu telah meninggal)  
*Widower (my mother or father has died)*
- e. Berpisah (ibu bapa tidak tinggal serumah)  
*Seperated (my parents do not live together)*
- f. Tidak tahu  
*I do not know*

## BAHAGIAN 2

### PART 2

**SILA BACA PERNYATAAN DIBAWAH:**

5 soalan seterusnya adalah berkenaan dengan ketinggian, berat dan berkaitan dengan kelaparan.

**PLEASE READ THE STATEMENT BELOW:**

*The next 5 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. **TULIS JAWAPAN ANDA SETELAH TINGGI ANDA DIUKUR SEPERTI YANG DIARAHKAN OLEH PEGAWAI YANG MENJALANKAN SURVEI.**

*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. **ONLY WRITE YOUR ANSWER AFTER YOUR HEIGHT HAVE BEEN MEASURED AS PER INSTRUCTED BY THE PERSON WHO IS CONDUCTING YOUR SURVEY.***

**Contoh:**

**Example:**

Tinggi/Height (cm)		
1	5	3
0	0	0
	1	1
2	2	2
	3	
	4	4
		5
	6	6
	7	7
	8	8
	9	9

7. Berapa berat anda dalam pakaian ringan dan 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. **TULIS JAWAPAN ANDA SETELAH BERAT ANDA DIUKUR SEPERTI YANG DIARAHKAN OLEH PEGAWAI YANG MENJALANKAN SURVEI.**

*How much do you weigh in light clothing and 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. **ONLY WRITE YOUR ANSWER AFTER YOUR WEIGHT HAVE BEEN MEASURED AS PER INSTRUCTED BY THE PERSON WHO IS CONDUCTING YOUR SURVEY.***

**Contoh:**

**Example:**

Berat/Weight (kg)		
0	5	2
	0	0
1	1	1
2	2	
	3	3
	4	4
		5
	6	6
	7	7
	8	8
	9	9

8. Apakah pandangan anda tentang berat diri anda?  
*How do you describe your weight?*
- Kurang berat badan  
*Very underweight*
  - Sedikit kurang berat badan  
*Slightly underweight*
  - Berat badan yang sesuai  
*About the right weight*
  - Sedikit berlebihan berat badan  
*Slightly overweight*
  - Berat badan berlebihan  
*Very overweight*
9. Apakah yang telah anda lakukan tentang berat anda?  
*Which of the following are you trying to do about your weight?*
- Saya tidak berbuat apa-apa tentang berat badan saya  
*I am not trying to do anything about my weight*
  - Kurangkan berat badan  
*Lose weight*
  - Tingkatkan berat badan  
*Gain weight*
  - Kekalkan berat badan  
*Stay the same weight*
10. 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?*
- Tidak pernah  
*Never*
  - Jarang-jarang  
*Rarely*
  - Kadang-kadang  
*Sometimes*
  - Kebanyakan masa  
*Most of the time*
  - Sentiasa  
*Always*

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

***The next 7 questions ask about what you might eat and drink.***

11. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kali dalam sehari anda **biasanya** makan buah?  
*During the past 30 days, how many times per day did you **usually** eat fruit?*
- Saya tidak makan buah dalam 30 hari yang lepas  
*I did not eat fruit during the past 30 days*
  - Kurang dari 1 kali dalam sehari  
*Less than 1 time per day*
  - 1 kali sehari  
*1 time per day*
  - 2 kali sehari  
*2 times per day*
  - 3 kali sehari  
*3 times per day*
  - 4 kali sehari  
*4 times per day*
  - 5 kali atau lebih sehari  
*5 or more times per day*
12. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kali dalam sehari anda **biasanya** makan sayur?  
*During the past 30 days, how many times per day did you **usually** eat vegetables?*
- Saya tidak makan sayur dalam 30 hari yang lepas  
*I did not eat vegetables during the past 30 days*
  - Kurang dari 1 kali dalam sehari  
*Less than 1 time per day*
  - 1 kali sehari  
*1 time per day*
  - 2 kali sehari  
*2 times per day*
  - 3 kali sehari  
*3 times per day*
  - 4 kali sehari  
*4 times per day*
  - 5 kali atau lebih sehari  
*5 or more times per day*

13. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kali dalam sehari anda **biasanya** minum air berkarbonat seperti Coca Cola, Sprite, Pepsi dan lain-lain? (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, and Pepsi? (Do not include diet soft drinks)*

- Saya tidak minum air berkarbonat dalam 30 hari yang lepas  
*I did not drink carbonated soft drinks during the past 30 days*
- Kurang dari 1 kali dalam sehari  
*Less than 1 time per day*
- 1 kali sehari  
*1 time per day*
- 2 kali sehari  
*2 times per day*
- 3 kali sehari  
*3 times per day*
- 4 kali sehari  
*4 times per day*
- 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 kosong seperti air mineral, air masak, atau air paip?

*During the past 30 days, how many times per day did you **usually** drink plain water such as mineral water, boiled water, or tap water?*

- Saya tidak minum air kosong dalam 30 hari yang lepas  
*I did not drink plain water during the past 30 days*
- Kurang dari 1 kali dalam sehari  
*Less than 1 time per day*
- 1 kali sehari  
*1 time per day*
- 2 kali sehari  
*2 times per day*
- 3 kali sehari  
*3 times per day*
- 4 kali sehari  
*4 times per day*
- 5 kali atau lebih sehari  
*5 or more times per day*

15. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kali dalam sehari anda **biasanya** minum susu atau makan produk tenusu seperti susu, keju, yogurt dan lain-lain? (Ini tidak termasuk susu pekat manis)

*During the past 30 days, how many times per day did you **usually** drink milk or eat milk products, such as milk, cheese, and yogurt? (This does not include sweetened condensed milk)*

- Saya tidak minum susu atau makan produk tenusu dalam tempoh 30 hari yang lepas  
*I did not drink milk or eat milk products during the past 30 days*
- Kurang dari 1 kali dalam sehari  
*Less than 1 time per day*
- 1 kali sehari  
*1 time per day*
- 2 kali sehari  
*2 times per day*
- 3 kali sehari  
*3 times per day*
- 4 kali sehari  
*4 times per day*
- 5 kali atau lebih sehari  
*5 or more times per day*

16. Dalam tempoh 7 hari yang lepas, berapa hari anda makan makanan segera dari **restoran makanan segera** seperti McDonalds, KFC, dan Pizza Hut?

*During the past 7 days, on how many days did you eat food from a **fast food restaurant**, such as McDonalds, KFC, and Pizza Hut?*

- 0 hari  
*0 days*
- 1 hari  
*1 day*
- 2 hari  
*2 days*
- 3 hari  
*3 days*
- 4 hari  
*4 days*
- 5 hari  
*5 days*
- 6 hari  
*6 days*
- 7 hari  
*7 days*

17. Dalam tempoh 7 hari yang lepas, berapa hari anda makan sebelum pukul 9:00 pagi?

*During the past 7 days, on how many days did you eat a meal before 9:00 am?*

- 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*

## BAHAGIAN 3

### PART 3

5 soalan seterusnya adalah berkenaan amalan pembersihan gigi.

*The next 5 questions ask about cleaning your teeth.*

18. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kali dalam sehari anda membersihkan 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 membersihkan 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 atau lebih sehari  
*4 or more times per day*

19. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas, adakah sakit gigi menyebabkan anda tidak hadir ke kelas atau sekolah?

*During the past 12 months, did a tooth ache cause you to miss classes or school?*

- a. Ya  
*Yes*
- b. Tidak  
*No*

20. Adakah anda menggunakan ubat gigi berflourida?

*Do you use toothpaste that contains fluoride?*

- a. Ya  
*Yes*
- b. Tidak  
*No*
- c. Tidak tahu  
*I do not know*

21. Bilakah kali terakhir anda berjumpa doktor gigi atau jururawat pergigian untuk pemeriksaan, pembersihan gigi atau rawatan pergigian yang lain?

*When was the last time you saw a dentist or dental nurse for a check-up, teeth cleaning, or other dental treatment?*

- a. Dalam tempoh 12 bulan yang lepas  
*During the past 12 months*
- b. Di antara 12 hingga 24 bulan yang lepas  
*Between 12 and 24 months ago*
- c. Lebih daripada 24 bulan yang lepas  
*More than 24 months ago*
- d. Tidak pernah  
*Never*
- e. Tidak tahu  
*I do not know*

22. Adakah anda mengelak untuk senyum atau ketawa kerana risau dengan rupa gigi anda?

*Do you avoid smiling or laughing because of how your teeth look?*

- a. Ya  
*Yes*
- b. Tidak  
*No*



**3 soalan seterusnya adalah berkenaan amalan membasuh tangan.**

*The next 3 questions ask you about washing your hands.*

23. 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*

24. 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*
- d. Kebanyakan masa  
*Most of the time*
- e. Setiap kali  
*Always*

25. 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*

## BAHAGIAN 4

### PART 4

#### SILA BACA PERNYATAAN DI BAWAH:

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 individu atau pelajar yang sama saiz atau kekuatan bersetuju untuk bergaduh secara fizikal.

#### PLEASE READ THE STATEMENT BELOW:

*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 individuals or students of about the same strength or power choose to fight each other.*

26. 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*

#### SILA BACA PERNYATAAN DI BAWAH:

Soalan seterusnya adalah berkaitan dengan pergaduhan fizikal. Pergaduhan fizikal berlaku apabila dua individu atau pelajar yang sama saiz atau kekuatan bersetuju untuk bergaduh secara fizikal.

#### PLEASE READ THE STATEMENT BELOW:

*The next question asks about physical fights. A physical fight occurs when two individuals or students of about the same strength or power choose to fight each other.*

27. 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*

**SILA BACA PERNYATAAN DI BAWAH:**

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 anggota kesihatan.

**PLEASE READ THE STATEMENT BELOW:**

*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 medical personnel.*

28. 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*

29. 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/terkeluar  
*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*

30. 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*
- h. Sesuatu yang lain menyebabkan kecederaan saya  
*Something else caused my injury*

**SILA BACA PERNYATAAN DI BAWAH:**

2 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.

**PLEASE READ THE STATEMENT BELOW:**

*The next 2 questions ask about bullying. Bullying occurs when a student or group of students say or do bad or 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.*

31. 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*

32. 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 ejekan seksual seperti secara komen, perilaku atau gurauan  
*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*

**SILA BACA PERNYATAAN DI BAWAH:**

**2 soalan berikutnya adalah berkenaan deraan fizikal dan lisan di rumah. Apabila seseorang memukul atau mengatakan ayat yang menyakitkan hati ianya diambil kita sebagai deraan fizikal dan lisan.**

**PLEASE READ THE STATEMENT BELOW:**

**The next 2 questions ask about physical and verbal abuse at home. When someone hits you or says hurtful or insulting things to you it is called physical abuse or verbal abuse.**

33. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, adakah anda telah dipukul di rumah sehingga meninggalkan kesan atau mengalami kecederaan?

*During the past 30 days, how many times did someone at home hit you so hard that they left a mark or caused an injury?*

- 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*

34. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kali seseorang di rumah menyatakan sesuatu yang menyakitkan hati atau menghina anda?

*During the past 30 days, how many times has someone at home said hurtful or insulting things to you?*

- 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*

## BAHAGIAN 5

### PART 5

6 soalan seterusnya adalah berkenaan perasaan dan persahabatan anda.

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

35. 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*
- e. Setiap kali  
*Always*

36. 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*
- b. Jarang-jarang  
*Rarely*
- c. Kadang-Kadang  
*Sometimes*
- d. Kebanyakan masa  
*Most of the time*
- e. Setiap kali  
*Always*

37. 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*

38. 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?*

- c. Ya  
*Yes*
- d. Tidak  
*No*

39. 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 kali*
- b. 1 kali  
*1 time*
- c. 2 atau 3 kali  
*2 or 3 times*
- d. 4 hingga 5 kali  
*4 or 5 times*
- e. 6 kali atau lebih  
*6 or more times*

40. Berapa ramai kawan rapat yang anda ada?

*How many close friends do you have?*

- a. 0 kawan  
*0 friends*
- b. 1 kawan  
*1 friend*
- c. 2 kawan  
*2 friends*
- d. 3 atau lebih  
*3 or more*

## BAHAGIAN 6

### PART 6

9 soalan seterusnya adalah berkenaan rokok dan produk tembakau yang lain.

*The next 9 questions ask about cigarettes and other tobacco products.*

41. 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*
- g. 16 tahun atau ke atas  
*16 years old or older*

42. 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 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*

43. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa hari anda menggunakan produk tembakau lain selain rokok seperti shisha/hookah, rokok elektronik, tembakau sedut, tembakau kunyah, paip, curut, cigar, cigarillo atau bidis?

*During the past 30 days, on how many days did you use tobacco products other than cigarettes such as shisha/hookah, electronic cigarettes, snuff, chewing tobacco, pipes, curut, cigars, cigarillos or bidis?*

- 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*



44. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, produk tembakau manakah selain daripada rokok yang anda **paling kerap** gunakan?

*During the past 30 days, which of the following tobacco product other than cigarettes did you use most often?*

- a. Saya tidak merokok mana-mana produk tembakau di atas dalam tempoh 30 hari yang lepas  
*I did not smoke any of the following tobacco products during the past 30 days*
- b. Shisha/Hookah  
*Shisha/Hookah*
- c. Rokok elektronik  
*Electronic cigarettes*
- d. Tembakau sedut atau tembakau kunyah  
*Snuff or chewing tobacco*
- e. Paip  
*Pipes*
- f. Curut, cigar or cigarillo  
*Curut, cigars atau cigarillos*
- g. Bidis  
*Bidis*
- h. Produk tembakau lain  
*Some other tobacco product*

45. 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*

46. 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*

47. Antara bapa, ibu atau penjaga, siapa ada mengguna produk tembakau termasuk rokok?

*Which of your parents or guardians use any form of tobacco including cigarettes?*

- 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. Tidak tahu  
*I do not know*

48. Dalam tempoh 12 bulan adakah anda akan merokok?

*At any time during the next 12 months, do you think you will smoke a cigarette?*

- a. Tidak akan  
*Definitely not*
- b. Mungkin tidak  
*Probably not*
- c. Mungkin ya  
*Maybe yes*
- d. Memang ya  
*Definitely yes*

49. Jika kawan rapat anda menghulurkan rokok, adakah anda akan menghisapnya?

*If one of your best friends offered you a cigarette would you smoke it?*

- a. Tidak akan  
*Definitely not*
- b. Mungkin tidak  
*Probably not*
- c. Mungkin ya  
*Maybe yes*
- d. Memang ya  
*Definitely yes*

## BAHAGIAN 7

### PART 7

#### SILA BACA PERNYATAAN DI BAWAH:

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

#### PLEASE READ THE STATEMENT BELOW:

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

50. Berapakah umur anda ketika kali pertama anda minum minuman beralkohol?

*How old were you when you had your first drink of alcohol?*

a. Saya tidak pernah minum minuman beralkohol

*I have never had a drink of alcohol*

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 tahun atau ke atas

*16 years old or older*

51. 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*

g. Kesemua 30 hari

*All 30 days*

52. 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 or more drinks*

53. 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 beli dari kedai atau gerai  
*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. Kawan saya yang beri kepada saya  
*I got it from my friends*
- e. Keluarga saya beri kepada saya  
*I got it from my family*
- f. Saya curi atau ambil tanpa kebenaran  
*I stole it or got it without permission*
- g. Saya memperolehi dari cara lain  
*I got it some other way*

**SILA BACA PERNYATAAN DI BAWAH:**

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

**PLEASE READ THE STATEMENT BELOW:**

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

54. 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*

55. 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*

## BAHAGIAN 8

### PART 8

#### SILA BACA PERNYATAAN DI BAWAH:

4 soalan berikutnya adalah berkenaan penggunaan dadah termasuk heroin, morfin, gam, amfitamin, *ecstasy*, syabu, *ice* dan ganja. Ini tidak termasuk ubat-ubatan preskripsi.

#### PLEASE READ THE STATEMENT BELOW:

*The next 4 questions ask about drug use. This includes heroin, morphine, glue, amphetamine, ecstasy, syabu, ice, ganja. This does not include prescribed medicine.*

56. 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 tahun atau ke atas  
*16 years old or older*

57. Sepanjang hidup anda, berapa kali anda telah menggunakan dadah?

*During your life, how many times have you used drugs?*

- 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*

58. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kali anda menggunakan dadah?

*During the past 30 days, how many times have you used drugs?*

- 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*

59. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, bagaimana **biasanya** anda mendapatkan dadah yang anda gunakan? **SILA PILIH SATU JAWAPAN SAHAJA**

*During the past 30 days, how did you **usually** get the drugs you used? **SELECT ONLY ONE RESPONSE***

- a. Saya tidak menggunakan dadah dalam 30 hari yang lepas  
*I did not use drugs during the past 30 days*
- b. Saya beli dari orang lain  
*I bought them from someone*
- c. Saya beri duit kepada orang lain untuk membeli  
*I gave someone else money to buy it for me*
- d. Saya mencuri atau mengambil tanpa kebenaran  
*I stole it or got it without permission*
- e. Kawan saya yang beri kepada saya  
*I got it from my friends*
- f. Keluarga saya beri kepada saya  
*I got it from my family*
- g. Saya memperolehi dari cara lain  
*I got it some other way*

60. Sepanjang hidup anda, berapa kali anda telah menggunakan ganja?

*During your life, how many times have you used marijuana?*

- 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*

61. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kali anda menggunakan ganja?

*During the past 30 days, how many times have you used marijuana?*

- 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*

62. Sepanjang hidup anda, berapa kali anda telah menggunakan amfetamin atau metamfetamin?

*During your life, how many times have you used amphetamines or metamphetamines?*

- 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*

## BAHAGIAN 9

### PART 9

#### SILA BACA PERNYATAAN DI BAWAH:

5 soalan berikutnya adalah berkenaan hubungan seksual. Hubungan seksual adalah perlakuan seks yang melibatkan memasukkan zakar ke dalam faraj atau dubur.

#### PLEASE READ THE STATEMENT BELOW:

The next 5 questions ask about sexual intercourse. Sexual intercourse is defined as sexual acts of penetration of penis into vagina or anus.

63. Pernahkah anda melakukan hubungan seksual/persetubuhan?

*Have you ever had sexual intercourse?*

- a. Ya  
*Yes*
- b. Tidak  
*No*

64. 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*
- f. 15 tahun  
*15 years old*
- g. 16 tahun atau ke atas  
*16 years old or older*

65. 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*

66. 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*

67. 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, 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. Tidak tahu

*I do not know*



## BAHAGIAN 10

### PART 10

SILA BACA PERNYATAAN DIBAWAH:

4 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.

PLEASE READ THE STATEMENT BELOW:

*The next 4 questions ask about physical activity. Physical activity is any activity that increases your heart rate and makes you breathe hard. 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.*

68. 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

69. 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

70. 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 class (PE) **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 atau lebih  
*5 or more days*

**SILA BACA PERNYATAAN DIBAWAH:**

**Soalan berikutnya adalah berkenaan masa yang anda habiskan dengan duduk semasa tidak di sekolah atau semasa membuat kerja rumah.**

**PLEASE READ THE STATEMENT BELOW:**

**The next question asks about the time you spend mostly sitting when you are not in school or doing homework.**

71. **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*

## BAHAGIAN 11

### PART 11

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.*

72. 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*

73. 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. Sentiasa  
*Always*

74. 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. Sentiasa  
*Always*

75. 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. Sentiasa  
*Always*

76. 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. Sentiasa  
*Always*

77. Dalam tempoh 30 hari yang lepas, berapa kerap ibu bapa atau penjaga anda memeriksa barangan anda tanpa kebenaran?

*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. Sentiasa  
*Always*