



**KAJIAN KESIHATAN DAN MORBIDITI KEBANGSAAN (NHMS) 2022:
KAJIAN KESIHATAN REMAJA
Lembaran Fakta 2022**

PENGENALAN

Tinjauan Kesihatan & Morbiditi Kebangsaan (NHMS): Tinjauan Kesihatan Remaja (AHS) dijalankan setiap lima tahun oleh Institut Kesihatan Umum, Kementerian Kesihatan Malaysia. Pusingan pertama adalah pada 2012, pusingan kedua pada 2017, dan tinjauan AHS yang dijalankan pada 2022 ialah pusingan ketiga. NHMS 2022: AHS bertujuan untuk menyediakan data terkini prevalen tingkah laku risiko kesihatan dan faktor perlindungan dalam kalangan remaja di Malaysia.

METODOLOGI

NHMS 2022: AHS ialah tinjauan berasaskan sekolah di seluruh negara menggunakan soal selidik berstruktur yang telah divalidasi untuk mendapatkan maklumat kesihatan dalam kalangan remaja di bersekolah (Tingkatan 1 hingga Tingkatan 5) di Malaysia. Ini adalah kajian keratan rentas yang melibatkan soal selidik jawab sendiri (self-administered questionnaire) dan pengukuran antropometri oleh pembantu penyelidik terlatih. Pengumpulan data telah dijalankan dari Jun hingga Julai 2022 di 239 sekolah yang dipilih secara rawak di seluruh Malaysia. Seramai 33,523 orang remaja telah menyertai kajian ini, memberikan kadar respon 89.0%.

SKOP	Adolescents		
	2012	2017	2022
PENGGUNAAN TEMBAKAU			
Prevalen perokok rokok semasa	11.5%	13.8%	6.2%
Prevalen rokok elektronik/vape semasa	-	9.8%	14.9%
PENGAMBILAN ALKOHOL			
prevalen peminum alkohol semasa	8.9%	10.2%	7.4%.
Prevalen pernah minum alkohol	20.0%	19.3%	18.6%.
TINGKAH LAKU SEKSUAL			
Prevalen hubungan seksual semasa	-	5.4%	5.7%
Prevalen pernah melakukan hubungan seks	8.3%	7.3%	7.6%
KEGANASAN DAN KECEDERAAN YANG TIDAK DIENGAJAKAN			
Prevalen serangan fizikal	27.8%	25.3%	14.8%
Prevalen pergaduhan fizikal	27.4%	24.9%	16.0%
Prevalen dibuli	17.9%	16.2%	8.6%

SKOP	Adolescents		
	2012	2017	2022
KESIHATAN MENTAL			
Prevalen rasa sunyi	8.1%	9.3%	16.2%
Prevalen idea bunuh diri	7.9%	10.0%	13.1%
Prevalen rancangan bunuh diri	6.4%	7.3%	10.0%
Prevalen percubaan bunuh diri	6.8%	6.9%	9.5%
Prevalen kemurungan	17.7%	18.3%	26.9%
FAKTOR PERLINDUNGAN			
Prevalen sokongan rakan sebaya	44.3%	44.2%	46.0%
Prevalen mempunyai hubungan ibu bapa	31.5%	32.0%	24.2%
Prevalen mempunyai ikatan ibu bapa	43.1%	42.6%	33.4%
KEBERSIHAN			
Prevalen memberus gigi dua kali sehari	84.3%	87.1%	82.2%
Prevalen tidak pernah atau jarang mengguna sabun semasa mencuci tangan	11.6%	11.6%	8.8%
Prevalen tidak pernah atau jarang mencuci tangan selepas menggunakan tandas	5.4%	4.8%	5.1%
TINGKAH LAKU PEMAKANAN			
Prevalen makan buah-buahan sekurang-kurangnya dua kali sehari	44.0%	46.8%	37.3%
Prevalen makan sayur-sayuran sekurang-kurangnya tiga kali sehari	29.8%	36.0%	27.1%
Prevalen makan buah-buahan dan sayur-sayuran sekurang-kurangnya lima kali sehari	28.7%	23.5%	16.1%
Prevalen minum air berkarbonat sekurang-kurangnya sekali sehari	29.4%	36.9%	32.4%
Prevalen makan makanan segera sekurang-kurangnya 3 hari dalam tempoh 7 hari yang lalu	6.0%	11.1%	10.6%
STATUS PEMAKANAN			
Prevalen terbantut	10.4%	8.5%	6.8%
Prevalen kurus	7.0%	6.5%	8.3%
Prevalen berat badan berlebihan	14.0%	15.2%	16.2%
Prevalen obesiti	10.6%	13.3%	14.3%
AKTIVITI FIZIKAL			
Prevalen aktif secara fizikal	22.7%	19.8%	21.4%
Prevalen sedentari	43.7%	50.1%	66.7%