



**SOALAN LAZIM (FAQ)  
BERKAITAN PERINTAH KAWALAN PERGERAKAN BERSYARAT  
(PKPB)  
KEMENTERIAN BELIA DAN SUKAN SARAWAK (KBSS)**

**1. Adakah semua kelab sukan dan rekreasi boleh beroperasi seperti sedia kala?**

Semua kelab, persatuan dan syarikat dibenarkan beroperasi secara terhad dengan mematuhi SOP Pengoperasian dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan yang dikeluarkan oleh KBSS. Walau bagaimanapun, sebarang penganjuran acara sukan adalah tidak dibenarkan.

**2. Adakah kursus-kursus berkaitan dengan sukan dibenarkan untuk dianjurkan sepanjang tempoh PKPB ini?**

Tidak dibenarkan. Sepanjang tempoh PKPB, sebarang penganjuran acara sukan / kursus tidak dibenarkan tertakluk kepada arahan dan perkembangan dari masa ke semasa.

**3. Bolehkah aktiviti riadah dilakukan di luar daripada lokasi tempat tinggal, sebagai contoh A menetap di Kuching dan beriadah di sebuah taman terbuka di Kota Samarahan?**

Tidak dibenarkan. Aktiviti sukan dan riadah hanya digalakkan boleh dilakukan di dalam negeri sahaja. Pergerakan aktiviti sukan yang merentasi negeri adalah tidak dibenarkan.

**4. Pengumuman YAB Perdana Menteri mengatakan saya boleh bermain badminton di kawasan terbuka. Bolehkah saya bermain di kompleks terbuka pada waktu malam selepas pulang dari kerja?**

Semua aktiviti sukan *outdoor* dalam tempoh PKPB yang tidak melibatkan sentuhan badan termasuk badminton hanya dibenarkan pada waktu siang sahaja bermula jam 6.30 pagi hingga 7.00 petang dan mengamalkan penjarakan sosial.

**5. Adakah penggunaan dewan badminton di dalam kawasan kondominium dibenarkan?**

Tidak dibenarkan. Semua jenis aktiviti sukan di kawasan tertutup (*indoor*) adalah termasuk dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang yang dikeluarkan oleh MKN. Namun, adalah dibenarkan jika bermain badminton di gelanggang terbuka.

**6. Bolehkan saya menggunakan peralatan sukan/riadah yang disediakan di kawasan lapang dan taman rekreasi awam untuk bersukan/ beriadah?**

Boleh. Walau bagaimanapun, pengguna hendaklah memastikan peralatan dalam keadaan bersih dan selamat untuk digunakan. Pengguna juga perlu mengamalkan penjarakan sosial satu (1) meter dengan orang lain di kawasan tersebut.

**7. Syarikat kami merupakan syarikat penganjur acara sukan dan bergantung kepada penganjuran acara sebagai sumber pendapatan. Berdasarkan kriteria KBSS membenarkan sukan individu dan sukan di kawasan terbuka (*outdoor*), bolehkah kami menganjurkan acara dalam skala kecil?**

Tidak dibenarkan. Semua jenis penganjuran acara sukan sama ada melibatkan pertandingan ataupun tidak adalah tidak dibenarkan sepanjang tempoh PKPB.

**8. Berdasarkan SOP yang dikeluarkan oleh KBSS, saya boleh bersukan di kawasan lapang dan taman rekreasi awam berhampiran kediaman saya. Namun, pihak PBT tidak membenarkan saya untuk berbuat demikian. Arahan/ ketetapan siapakah yang patut saya patuhi dalam perkara ini?**

Pelaksanaan SOP KBSS adalah tertakluk kepada arahan-arahan tetap kerajaan iaitu Akta Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit 1988 [Akta 342], lain-lain arahan daripada Majlis Keselamatan Negara (MKN) dan Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) dari semasa ke semasa serta peraturan-peraturan Pihak Berkuasa Tempatan (PBT). Peraturan dan arahan oleh PBT mengikut lokaliti adalah menjadi keutamaan dan perlu dipatuhi oleh masyarakat di kawasan berkenaan.

**9. Saya hendak ke taman tasik bagi melakukan aktiviti berjoging dan senaman ringan. Bolehkah saya membawa keseluruhan empat orang anggota keluarga yang tinggal bersama saya menaiki kereta ke taman tersebut?**

Boleh. Aktiviti riadah di taman tasik terbuka adalah dibenarkan mengikut kapasiti muatan kenderaan yang dibenarkan. Setiap individu adalah bertanggungjawab mematuhi SOP Pencegahan Covid-19 yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) termasuklah memakai penutup hidung dan mulut (*Face Mask*), memastikan penjarakan sosial sekurang-kurangnya satu (1) meter dan sentiasa mengamalkan kebersihan diri (*personal hygiene*) semasa melakukan aktiviti tersebut.

**10. Setelah tiba di taman tasik, saya mendapati sudah terdapat pengunjung**

**yang ramai melakukan aktiviti sukan dan riadah di situ. Wajarkah saya meneruskan hasrat saya untuk bersenam di situ?**

Tertakluk kepada kesesuaian keadaan. Walaupun melakukan aktiviti sukan adalah dibenarkan ketika PKPB berkuat kuasa, setiap individu adalah diwajibkan mematuhi SOP Pencegahan Covid-19 yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) termasuklah memakai penutup hidung dan mulut (*Face Mask*), memastikan penjarakan sosial sekurang-kurangnya satu (1) meter dan sentiasa mengamalkan kebersihan diri (*personal hygiene*). Sehubungan itu, adalah dinasihatkan supaya aktiviti senaman tersebut dapat dilakukan di mana-mana kawasan atau ruangan di taman tasik tersebut tanpa perkumpulan pengunjung yang ramai agar penjarakan sosial dapat dikekalkan.

**11. Bolehkah saya membawa anak-anak ke taman permainan yang terletak di taman perumahan kami?**

Boleh. Aktiviti riadah di taman permainan terbuka adalah dibenarkan dan setiap individu adalah bertanggungjawab mematuhi SOP Pencegahan Covid-19 yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) termasuklah memakai penutup hidung dan mulut (*Face Mask*), memastikan penjarakan sosial sekurang-kurangnya satu (1) meter dan sentiasa mengamalkan kebersihan diri (*personal hygiene*).

**12. Rakan-rakan sekampung saya lebih kurang lapan (8) orang telah mengajak saya untuk melakukan aktiviti senamrobik di kawasan lapang berhampiran balai raya di kampung kami. Adakah saya dibenarkan berbuat demikian?**

Dibenarkan bagi aktiviti sukan *outdoor* yang tidak melebihi sepuluh (10) individu dalam satu-satu masa. Aktiviti senamrobik itu hanya melibatkan komuniti tempatan dan setiap individu adalah bertanggungjawab mematuhi SOP Pencegahan Covid-19 yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) termasuklah memakai penutup hidung dan mulut (*Face Mask*), memastikan penjarakan sosial sekurang-kurangnya satu (1) meter dan sentiasa mengamalkan kebersihan diri (*personal hygiene*).

**13. Saya merupakan penggiat sukan lasak dan berhasrat melakukan kayuhan basikal sejauh 80km bagi mengekalkan stamina saya. Bolehkah saya berbuat demikian?**

Dibenarkan. Namun, aktiviti sukan dan rekreasi seperti berbasikal tersebut hanya dibenarkan dalam lingkungan negeri sahaja.

**14. Bolehkah saya bersama rakan-rakan saya bermain skateboarding di Skate Park yang terletak di taman permainan berhampiran rumah kami?**

Boleh. Aktiviti rekreasi melibatkan sukan ekstrem seperti skateboarding, *inline* skating dan sebagainya adalah turut dibenarkan sepanjang PKPB berkuat kuasa dengan syarat ia dimainkan di fasiliti sukan dan kawasan terbuka dan tidak melebihi sepuluh (10) individu dalam satu-satu masa.

**15. Sukan bolasepak adalah termasuk dalam senarai larangan yang dikeluarkan oleh Majlis Keselamatan Negara (MKN). Bagaimana jika saya hanya berhajat untuk bermain secara timangan sahaja bersama jiran saya?**

Dibenarkan. Walaupun bola sepak adalah sebahagian daripada sukan larangan kerana melibatkan sentuhan terus (*direct contact*), ia adalah dibenarkan jika hanya dimainkan secara riadah santai tanpa melibatkan sentuhan di antara pemain termasuklah bermain secara timangan. Namun, penjarakan sosial sekurang-kurangnya satu (1) meter hendaklah diamalkan dalam kalangan pemain dan tidak melebihi sepuluh (10) individu dalam satu-satu masa.

**16. Menerusi semakan saya, sukan mendaki tembok (*wall climbing*) adalah dibenarkan. Sehubungan itu, saya berhajat untuk mendaki tembok tiruan di taman ekstrem yang terdapat di dalam pusat membeli belah berdekatan kediaman saya. Adakah saya dibenarkan berbuat demikian?**

Tidak dibenarkan. Walaupun sukan ekstrem termasuklah mendaki tembok (*wall climbing*) adalah dibenarkan, namun penggunaan fasiliti sukan tertutup (*indoor facility*) adalah tidak dibenarkan. Ia hanya dibenarkan jika dimainkan di fasiliti sukan terbuka sahaja.

**17. Pada pendapat saya, memancing adalah sebahagian daripada sukan rekreasi. Bolehkah saya memancing di sungai berhampiran kediaman saya?**

Dibenarkan. Walau bagaimanapun, hanya aktiviti memancing bersifat riadah secara individu dan terhad di tepi pantai, tebing sungai, kuala, tasik atau mana-mana yang bersesuaian tanpa melibatkan penggunaan bot dan sampan. Aktiviti memancing di kolam pancing ikan, udang komersial atau mana-mana yang berkaitan adalah dilarang. Kebenaran ini adalah tertakluk kepada arahan dan peraturan semasa yang dikeluarkan oleh Jabatan Perikanan Malaysia.

**18. Persatuan rekreasi saya berhasrat mengadakan kursus dan kelas berkaitan disiplin ikatan tali di dewan terbuka berhampiran pejabat kami. Adakah kami dibenarkan berbuat demikian?**

Tidak dibenarkan. Sebarang bentuk kursus, seminar, kelas dan sebagainya adalah termasuk dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

**19. Saya berhasrat untuk bermain golf bersama rakan di salah sebuah kelab**



**golf yang terletak di negeri lain. Adakah saya dibenarkan berbuat demikian?**

Tidak dibenarkan. Setiap individu adalah tertakluk dengan arahan semasa yang dikeluarkan oleh Majlis Keselamatan Negara (MKN) termasuklah larangan membuat perjalanan merentasi negeri tanpa alasan yang manasabah.

**20. Bolehkah saya menjemput rakan-rakan saya bermain permainan konsol (*console games*) di rumah?**

Tidak dibenarkan. Sukan elektronik (*esports*) hanya dibenarkan dimainkan di kediaman masing-masing terhad dalam kalangan ahli keluarga atau anggota kediaman yang sama atau secara atas talian (*online*) sahaja.

**21. Saya berhasrat untuk mengadakan aktiviti perkhemahan bermalam bersama rakan-rakan saya di hutan lipur berhampiran. Bolehkah saya berbuat demikian?**

Tidak dibenarkan. Aktiviti sukan dan riadah hanya terhad pada waktu siang daripada jam 6.30 pagi hingga 7.00 malam sahaja dalam tempoh PKPB.

**22. Saya seorang penggiat sukan bermotor dan berhasrat untuk menguji jentera dua (2) roda saya di litar terbuka?**

Dibenarkan. Sukan bermotor tanpa melibatkan perlumbaan adalah dibenarkan dan terhad di litar dan trek terbuka sahaja.

**23. Bolehkah saya singgah ke serbaneka bagi membeli keperluan dapur setelah selesai melakukan aktiviti sukan di taman tasik?**

Setiap individu dinasihatkan untuk terus pulang ke kediaman masing-masing selepas melakukan aktiviti serta tidak digalakkan untuk mengunjungi fasiliti-fasiliti lain seperti kedai serbaneka, restoran dan sebagainya atas faktor kebersihan dan kesihatan.

**24. Saya dan beberapa rakan seramai lima (5) orang termasuk jurulatih persendirian berhasrat untuk mengadakan sesi latihan kecergasan di taman tasik awam menggunakan peralatan gimnasium luar (*outdoor*) seperti *monkey bar*, *punching bag* dan sebagainya. Adakah saya dibenarkan berbuat demikian?**

Dibenarkan bagi aktiviti sukan *outdoor* yang tidak melebihi sepuluh (10) individu dalam satu-satu masa. Setiap individu adalah bertanggungjawab mematuhi SOP Pencegahan Covid-19 yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) termasuklah memakai penutup hidung dan mulut (*Face Mask*), memastikan penjarakan sosial sekurang-kurangnya satu (1) meter dan sentiasa

mengamalkan kebersihan diri (*personal hygiene*).

**25. Saya seorang jurulatih taekwondo dan berhasrat mengadakan sesi latihan terbuka di gelanggang awam bersama anak murid saya seramai lapan (8) orang. Bolehkah saya berbuat demikian?**

Dibenarkan bagi aktiviti sukan *outdoor* yang tidak melebihi sepuluh (10) individu termasuk jurulatih dalam satu-satu masa. Setiap individu adalah bertanggungjawab mematuhi SOP Pencegahan Covid-19 yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) termasuklah memakai penutup hidung dan mulut (*Face Mask*), memastikan penjarakan sosial sekurang-kurangnya satu (1) meter dan sentiasa mengamalkan kebersihan diri (*personal hygiene*). Hanya disiplin pertunjukan sahaja yang dibenarkan tanpa melibatkan apa-apa sentuhan (*contact*) fizikal.

**Catatan:**

- 1) Adalah menjadi tanggungjawab bersama semua pihak - individu, badan, persatuan sukan, syarikat/ *operator* fasiliti terbuka untuk memahami dan mematuhi semua arahan semasa pihak Majlis Keselamatan Negara (MKN) dan juga SOP Pencegahan Covid-19 yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) untuk kita sama-sama mengurangkan risiko dan membendung penularan pandemik Covid-19 ini.
- 2) Sebarang perubahan terkini sejajar dengan arahan terbaru pihak MKN dan KKM akan dimaklumkan dari semasa ke semasa.

**KEMENTERIAN BELIA DAN SUKAN SARAWAK  
5 MEI 2020**