



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI

**SOARING
UPWARDS**
MALAYSIAN HIGHER EDUCATION

PROSEDUR OPERASI STANDARD

REKREASI LUAR PELAJAR

Institusi Pendidikan Tinggi





KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI



PROSEDUR OPERASI STANDARD

REKREASI LUAR PELAJAR

Institusi Pendidikan Tinggi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI



PROSEDUR OPERASI STANDARD

REKREASI LUAR PELAJAR



Institusi Pendidikan Tinggi

KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI
2018

Cetakan Pertama/*First Printing* 2018
© Kementerian Pendidikan Tinggi 2018

Tiada bahagian daripada terbitan ini boleh diterbitkan semula, disimpan untuk pengeluaran atau ditukarkan ke dalam sebarang bentuk atau dengan sebarang alat juga pun, sama ada dengan cara elektronik, gambar serta rakaman dan sebagainya tanpa kebenaran bertulis daripada Kementerian Pendidikan Tinggi terlebih dahulu.

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, copied, stored in any retrieval system or transmitted in any form or by any means - electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise; without prior permission in writing from the Ministry of Higher Education.

Diterbitkan di Malaysia/*Published in Malaysia by*
Kementerian Pendidikan Tinggi Malaysia
No. 2 Menara 2, Jalan P5/6, Presint 5
62200 Putrajaya, Malaysia
www.mohe.gov.my

Atur huruf dan grafik oleh/*Typesetting and graphic by*
Pejabat Karang Mengarang (Penerbit UPSI)
Universiti Pendidikan Sultan Idris
35900 Tanjong Malim, Perak Darul Ridzuan, Malaysia

Dicetak oleh/*Printed by*
Pejabat Karang Mengarang (Penerbit UPSI)
Universiti Pendidikan Sultan Idris
35900 Tanjong Malim, Perak Darul Ridzuan, Malaysia

Perpustakaan Negara Malaysia

Data Pengkatalogan-dalam-Penerbitan

PROSEDUR OPERASI STANDARD REKREASI LUAR

PELAJAR : Institut Pengajian Tinggi

ISBN 978-967-0888-42-2

1. Outdoor Recreation--Handbooks, manuals, etc.

2. Higher education and state.

796.5

KANDUNGAN

Kata-kata Aluan YB Menteri Pendidikan Tinggi	vii
Kata-kata Aluan Ketua Setiausaha, Kementerian Pendidikan Tinggi	ix
Kata-kata Aluan Ketua Pengarah Pendidikan Tinggi	xi
Prakata Editor	xiii
Pendahuluan	1
Definisi Operasional	5
Tanggungjawab	9
Pematuhan Perundangan	15
Prosedur Umum SOP Keselamatan Rekreasi Luar	19
Pelan Bertindak Kecemasan	29
Prosedur Khusus Program Rekreasi Luar	35
7.1. Aktiviti Perkhemahan	37
7.2. Aktiviti Air	39
7.3. Abseiling	42
7.4. Orienteering	44
7.5. Rock Climbing	46
7.6. Kembara Hutan	48
Contoh-Contoh Borang	51
A1: Borang Sistem Pengurusan Dan Penilaian Risiko (Rams)	53
B1: Borang Akuan Status Kesihatan	54
C1: Borang Akuan Lepas Tanggung Pelajar	57
D1: Borang Laporan Hampir Berlaku (Near Miss) Kemalangan	60
D2: Borang Laporan Kemalangan	61
D3: Borang Laporan Kemalangan (Mangsa Lebih Seorang)	62
D4: Borang Maklumat Kecederaan	63
E1: Borang Penilaian Program	64
F1: Borang Laporan Program Harian	65
Bibliografi	69
Lampiran	71
Panel Penulis	83

KATA-KATA ALUAN YB MENTERI



Syukur Alhamdulillah, Kementerian Pendidikan Tinggi dengan sokongan padu daripada Institusi Pendidikan Tinggi (IPT) dan Jabatan-jabatan Kerajaan telah berjaya menerbitkan Prosedur Operasi Standard (SOP) Rekreasi Luar Pelajar IPT. SOP ini merupakan salah satu inisiatif Kementerian dalam meningkatkan tahap keselamatan dan kesedaran terhadap aspek keselamatan pelajar IPT ketika mengikuti aktiviti rekreasi luar.

Menerusi Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2015-2025 (Pendidikan Tinggi) [PPPM (PT)], Kementerian meletakkan harapan yang tinggi untuk melahirkan pelajar yang holistik, berciri keusahawanan dan seimbang ilmu juga akhlak. Justeru, Kementerian memberi tumpuan penuh terhadap penambahbaikan pembelajaran samada di dalam mahupun di luar bilik darjah. Antaranya ialah melalui perlaksanaan pelbagai program rekreasi luar yang berteraskan pembelajaran melalui pengalaman di alam semulajadi.

Dalam usaha merealisasikan transformasi pendidikan ini, aspek keselamatan dalam program rekreasi luar amatlah dititikberatkan. Ini khusus untuk menghindari insiden sekaligus mewujudkan suasana pengajaran dan pembelajaran yang selamat, sistematik dan seronok (3S). Tambahan pula, pelajar IPT merupakan modal insan yang berharga buat negara. Sehubungan itu, besarlah harapan saya agar penerbitan SOP ini dapat membantu IPT dalam merancang program rekreasi luar secara sistematik dan mematuhi standard keselamatan yang telah ditetapkan.

Dato' Seri Idris Jusoh

Menteri Pendidikan Tinggi

KATA-KATA ALUAN KETUA SETIAUSAHA, KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI



Segala pujian ke hadrat Illahi, dengan izin-Nya Kementerian Pendidikan Tinggi dapat mengorak satu lagi langkah dalam mentransformasikan sistem pendidikan tinggi. Keupayaan Institusi Pendidikan Tinggi (IPT) mendapatkan tempat di dalam ranking terbaik dunia menunjukkan Kementerian komited menyediakan ekosistem pendidikan tinggi negara yang mantap dan dinamik.

Enrolmen pelajar juga mencatatkan peningkatan ketara seiring dengan kepesatan sistem pendidikan tinggi Malaysia. Justeru, satu mekanisme pematuhan peraturan adalah diperlukan bagi memastikan perkembangan pelajar seimbang ilmu dan juga akhlak.

Selaras dengan itu, Prosedur Operasi Standard (SOP) Rekreasi Luar Pelajar IPT ini diterbitkan bagi mempertingkatkan kelancaran pembelajaran berasaskan pengalaman oleh pelajar IPT. Justeru, besarlah harapan Kementerian agar SOP ini menjadi rujukan utama dalam perancangan dan pelaksanaan program rekreasi luar di IPT. Ini adalah bagi memastikan setiap aktiviti dapat diadakan dengan menitikberatkan keselamatan dan kesihatan peserta serta penganjur seterusnya memacu keharmonian persekitaran sejagat.

Tan Sri Dr. Noorul Ainur Mohd. Nur
Ketua Setiausaha
Kementerian Pendidikan Tinggi

KATA-KATA ALUAN KETUA PENGARAH PENDIDIKAN TINGGI



Alhamdulillah, setinggi-tinggi tahniah dan syabas diucapkan kepada Pasukan Penggubal Prosedur Operasi Standard (SOP) Rekreasi Luar Pelajar Institusi Pendidikan Tinggi (IPT). SOP ini akhirnya dapat direalisasikan dengan komitmen dan sokongan padu daripada semua pihak terlibat.

SOP ini bertujuan untuk memberikan maklumat dan panduan yang tepat kepada IPT berhubung program rekreasi luar yang melibatkan para pelajar. Saya amat berharap agar penerbitan SOP ini dapat membantu pihak IPT dalam mengurus dan menangani risiko pelbagai program rekreasi luar yang bakal dilaksanakan.

SOP ini juga selaras dengan Lonjakan 1 Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2015-2025 (Pendidikan Tinggi) iaitu bagi melahirkan mahasiswa yang holistik, bercirikan keusahawanan dan seimbang dari segi ilmu dan akhlak. Pasti prosedur keselamatan yang sistematik ini dapat membantu IPT dalam mencapai matlamat yang telah ditetapkan.

Penghasilan SOP ini telah melibatkan beberapa siri bengkel dan perbincangan rapi antara pakar rekreasi luar dari universiti tempatan, Jabatan Pendidikan Politeknik, Jabatan Pendidikan Kolej Komuniti, Jabatan Perhutanan dan Jabatan Perhilitan. Malahan, lebih 30 naskhah SOP rekreasi luar dari dalam dan luar negara telah dikaji dalam menghasilkan SOP ini.

Akhir kata sebelum menutup bicara, sekalung penghargaan diucapkan kepada semua pihak yang terlibat secara langsung mahupun tidak langsung di dalam menerbitkan SOP ini. Semoga segala sumbangan murni ini dapat membantu IPT dalam merancang program rekreasi luar yang melahirkan pelajar yang seimbang akhlak dan akademiknya.

Datin Paduka Ir. Dr. Siti Hamisah Tapsir

Ketua Pengarah Pendidikan Tinggi
Jabatan Pendidikan Tinggi
Kementerian Pendidikan Tinggi

PRAKATA



Penganjuran aktiviti rekreasi luar yang mengaplikasikan elemen cabaran dan risiko amat sinonim dengan Institusi Pendidikan Tinggi (IPT) di Malaysia. Penekanan terhadap keperluan pembangunan sahsiah dan peribadi pelajar yang memerlukan pendekatan yang lebih santai tetapi berkesan diterjemahkan melalui pelaksanaan pelbagai program dan aktiviti rekreasi di kebanyakan IPT yang menjadi wadah kepada matlamat tersebut. Kementerian Pendidikan Tinggi mensasarkan IPT sebagai gedung untuk melahirkan pelajar yang holistik, berciri keusahawanan dan seimbang ilmu juga akhlak melalui penggunaan bilik darjah atau alam sekitar sebagai medium pembelajaran di luar bilik darjah.

Oleh yang demikian, bagi menjadikan pelaksanaan rekreasi luar ini sebuah program yang santai dan selamat untuk semua pelajar, sebuah Prosedur Operasi Standard (SOP) Rekreasi Luar Pelajar IPT telah berjaya diterbitkan oleh KPT. Ianya adalah hasil kerjasama panel-panel pakar bidang dari pelbagai universiti tempatan dan beberapa agensi kerajaan lain yang turut bertindak sebagai Majlis Penasihat Rekreasi Luar KPT. Pembinaan SOP ini dilaksanakan dengan mengambil kira SOP tempatan dan antarabangsa dengan tujuan menggalakkan penganjuran program rekreasi luar yang selamat.

Matlamat utama SOP ini adalah untuk menggalakkan pelaksanaan program rekreasi luar yang terancang serta membudaya dan menyebarkan amalnya di seluruh negara. Semoga penerbitan ini akan menyemarakkan lagi perkembangan aktiviti rekreasi luar di Malaysia.

Prof. Madya Dr. Md Amin Md Taff

Ketua Editor,
Universiti Pendidikan Sultan Idris

PENDAHULUAN



Prosedur Operasi Standard (SOP) untuk program rekreasi luar Institusi Pendidikan Tinggi (IPT), Kementerian Pendidikan Tinggi (KPT) ini dibangunkan bagi tujuan penyeragaman tatacara operasi dan pembudayaan program rekreasi luar yang lebih berkualiti dan selamat.

SOP ini juga turut berfungsi sebagai sebuah garis panduan dan sumber rujukan dalam memastikan kelancaran serta keselamatan program rekreasi luar di IPT kelolaan KPT.

Penyataan di bawah menerangkan tentang fungsi dan maksud SOP ini dengan lebih terperinci:

1.1 SOP rekreasi luar IPT ini bertujuan untuk menyeragam dan memastikan semua rekreasi luar yang dilaksanakan di IPT seluruh Malaysia mematuhi syarat dan peraturan keselamatan.

1.2. SOP ini berfungsi sebagai satu garis panduan keselamatan rekreasi luar di IPT seluruh Malaysia. SOP ini adalah sebuah dokumen yang dinamik dan boleh diubah mengikut keperluan semasa.

1.3. Setiap rekreasi luar yang rasmi dan melibatkan mahasiswa IPT perlu mematuhi SOP yang ditetapkan dalam dokumen ini.

1.4. Pegawai Yang Dipertanggungjawabkan (PYD) mesti mematuhi SOP yang telah ditetapkan oleh pihak KPT dalam merancang, memantau, melaksana dan memastikan keselamatan rekreasi luar yang dilaksanakan.

1.5. PYD perlu memastikan semua proses dokumentasi telah dilaksanakan dan mendapat pengesahan serta kelulusan dari pihak pengurusan yang dilantik di IPT masing-masing berdasarkan keperluan semasa.

DEFINISI OPERASIONAL



Definisi Operasional adalah suatu penerangan tentang definisi atau istilah yang digunakan dalam SOP ini. Berikut adalah penerangan tentang definisi tersebut:

2.1 TANGGUNGJAWAB

Tanggungjawab atau kewajiban undang-undang individu atau organisasi bagi mengelakkan pengabaian tanggungjawab sehingga menyebabkan bahaya kepada orang lain dalam program rekreasi luar.

2.2 REKREASI LUAR

Sebarang program yang diajar atau dijalankan sebagai sebahagian program akademik atau kokurikulum. Kebiasaannya rekreasi luar ini dilaksanakan di persekitaran luar atau luar bilik kuliah serta menggunakan elemen risiko dan cabaran yang terkawal sebagai sebahagian daripada proses pembelajaran.

2.3 SOP

Prosedur Operasi Standard (SOP) adalah urutan langkah-langkah terperinci yang menjelaskan tentang proses keselamatan yang perlu dipatuhi dalam perancangan dan pelaksanaan program rekreasi luar.

2.4 RISIKO

Risiko ialah konsep yang memperihalkan kebarangkalian berlakunya kemungkinan tertentu. Secara amnya risiko dalam SOP ini membincangkan tentang kesan/implikasi yang timbul akibat kecuaiian dalam program rekreasi luar.

2.5 PENTADBIR PUSAT TANGGUNGJAWAB (PPT)

Pegawai yang dipertanggungjawabkan untuk meluluskan program rekreasi luar di Pusat Tanggungjawab (PTj) masing-masing.

2.6 PEGAWAI YANG DIPERTANGGUNGJAWABKAN (PYD)

Pegawai atau kakitangan IPT yang dipertanggungjawabkan bagi mengurus, memantau dan memimpin program rekreasi luar.

2.7 JURULATIH

Individu yang bertauliah dan berkemahiran dalam melatih peserta dan mengendalikan program rekreasi luar.

2.8 FASILITATOR

Individu yang dilantik oleh IPT, memiliki kelayakan asas dan terlatih dalam membantu pelaksanaan program rekreasi luar.

2.9 KONTRAKTOR PROGRAM

Pihak ketiga yang diupah atau dilantik oleh IPT untuk melaksanakan program rekreasi luar.

2.10 PESERTA

Individu yang mengambil bahagian dalam program rekreasi luar di IPT.

2.11 PROSEDUR PROGRAM

Langkah yang perlu dipatuhi oleh semua pihak yang terlibat demi mengelakkan sesuatu insiden yang tidak diingini dalam pelaksanaan program rekreasi luar.

2.12 PENGURUSAN RISIKO

Proses mengukur, menganalisis tahap risiko dan seterusnya mengambil tindakan untuk merancang dan mengawal risiko kepada tahap yang boleh diterima bagi pelaksanaan sesuatu program rekreasi luar.

2.13 KEMALANGAN

Bencana yang berlaku dengan tidak disangka dalam program rekreasi luar.

**2.14 RISK ASSESMENT & MANAGEMENT SYSTEM (RAMS)/
SISTEM PENGURUSAN DAN PENILAIAN RISIKO**

Dokumen bertulis yang mengandungi analisis risiko, prosedur pencegahan, langkah keselamatan dan tindakan kecemasan dalam program rekreasi luar.

2.15 RATIO/NISBAH

Perbandingan jumlah Jurulatih berbanding Peserta dalam pelaksanaan program rekreasi luar yang dilaksanakan (Contohnya: nisbah 1 Jurulatih kepada 15 Peserta, 1:15).

TANGGUNGJAWAB



Berikut disenaraikan tanggungjawab yang harus dilaksanakan oleh setiap pihak yang terlibat dalam program rekreasi luar:

3.1 PENTADBIR PUSAT TANGGUNGJAWAB (PPT)

- 3.1.1. Memastikan program yang bakal dilaksanakan mematuhi segala SOP keselamatan yang telah ditetapkan.
- 3.1.2. Memastikan semua dokumen program telah disediakan dengan sempurna.
- 3.1.3. Memastikan semua keperluan asas program telah dirancang dan disediakan dengan baik.
- 3.1.4. Memastikan tinjauan lokasi dan perhubungan dengan pihak setempat telah dilaksanakan oleh PYD.
- 3.1.5. Berhak untuk menangguh atau membatalkan program sekiranya terdapat elemen keselamatan yang tidak dipatuhi oleh PYD.

3.2 PEGAWAI YANG DIPERTANGGUNGJAWABKAN (PYD)

- 3.2.1. Merancang, melaksana dan menilai program rekreasi luar yang dilaksanakan dengan sistematik serta mematuhi segala SOP keselamatan yang telah ditetapkan.
- 3.2.2. Memastikan proses pemantauan keselamatan program dilaksanakan dengan sistematik sebelum, semasa dan selepas program.
- 3.2.3. Memastikan keselamatan Peserta, alam sekitar dan fasiliti/peralatan berada dalam keadaan baik disepanjang masa.
- 3.2.4. Menganalisis risiko program secara sistematik serta merancang langkah-langkah pencegahannya.
- 3.2.5. Memastikan tahap risiko bagi setiap program rekreasi luar yang dirancang berada dalam keadaan terkawal.
- 3.2.6. Memastikan semua dokumen SOP keselamatan telah disediakan dengan sistematik selewat-lewatnya dua (2) minggu sebelum program dilaksanakan.
- 3.2.7. Berhak membatalkan/menangguhkan program sekiranya terdapat aspek keselamatan yang tidak menepati/memenuhi keperluan keselamatan.

3.3 JURULATIH

- 3.3.1. Memastikan program yang dirancang adalah selaras dengan SOP keselamatan yang telah ditetapkan dan seperti yang diarahkan oleh PYD.
- 3.3.2. Memastikan keselamatan Peserta, alam sekitar dan fasiliti/peralatan sentiasa berada dalam keadaan terkawal.
- 3.3.3. Memastikan nisbah Jurulatih berbanding Peserta yang sesuai dengan program yang dilaksanakan.

- 3.3.4. Memastikan semua Jurulatih, Fasilitator, Kontraktor dan Peserta telah memahami pelan bertindak kecemasan sekiranya berlaku insiden yang tidak diingini.
- 3.3.5. Memastikan semua Jurulatih, Fasilitator dan Kontraktor mahir dengan kemahiran rekreasi luar yang ingin dilaksanakan.
- 3.3.6. Berhak membatalkan/menangguhkan aktiviti sekiranya terdapat aspek keselamatan yang tidak menepati/memenuhi keperluan keselamatan.

3.4 FASILITATOR

- 3.4.1. Membantu Jurulatih melaksanakan program yang dirancang dengan selamat, sistematik dan menyeronokkan.
- 3.4.2. Membantu memastikan semua elemen keselamatan program telah dipatuhi oleh setiap Peserta.
- 3.4.3. Membantu memantau keselamatan Peserta, alam sekitar dan fasiliti/peralatan sepanjang program berlangsung.
- 3.4.4. Memastikan diri sentiasa mahir dengan program rekreasi luar yang dilaksanakan.
- 3.4.5. Berhak mencadangkan kepada Jurulatih untuk membatalkan/menangguhkan program sekiranya terdapat elemen keselamatan yang tidak menepati/memenuhi keperluan keselamatan.

3.5 KONTRAKTOR

- 3.5.1. Memastikan semua elemen program yang dikontrak dan dibayar oleh PYD disediakan dengan baik dan sistematik. Contohnya Jurulatih, fasiliti/peralatan, pengangkutan, makanan dan lain-lain lagi.
- 3.5.2. Memastikan kontrak program telah dipersetujui oleh kedua-dua pihak dengan mengambil kira semua aspek SOP keselamatan yang telah ditetapkan.
- 3.5.3. Disepanjang program, Kontraktor adalah dipertanggungjawabkan sepenuhnya terhadap sebarang elemen program rekreasi luar yang telah dikontrakkan.
- 3.5.4. Kontraktor berhak menasihati IPT/PYD/Jurulatih untuk menangguhkan/membatalkan program rekreasi luar yang dirancang sekiranya terdapat elemen keselamatan yang diragui.
- 3.5.5. Kontraktor hendaklah menyediakan perkhidmatan yang terbaik terhadap semua elemen rekreasi luar yang dikontrakkan kepada mereka.

3.6 PESERTA

- 3.6.1. Memastikan status Jasmani, Emosi, Rohani, Intelekt dan Sosial (JERIS) sentiasa berada dalam keadaan yang cergas mengikut keperluan jenis program.
- 3.6.2. Membuat persediaan pakaian, peralatan, makanan dan latihan yang rapi bagi setiap program yang ingin disertai.
- 3.6.3. Memahami dan mampu melaksanakan pelan bertindak kecemasan sekiranya berlaku insiden yang tidak diingini.
- 3.6.4. Sentiasa mematuhi SOP keselamatan rekreasi luar yang telah ditetapkan.
- 3.6.5. Bebas memilih *Challenge by Choice* iaitu konsep yang membenarkan Peserta menarik diri dari program rekreasi luar yang disertai sekiranya terdapat elemen keselamatan yang tidak dilaksanakan dengan baik atau program yang bakal dilaksanakan tidak bersesuaian dengan kecergasan JERIS yang dimiliki oleh Peserta.

PEMATUHAN PERUNDANGAN



Pengurusan program rekreasi luar di IPT adalah tertakluk kepada beberapa Akta, Enakmen dan Ordinan yang ditetapkan oleh Kerajaan Persekutuan dan Kerajaan Negeri (Semenanjung dan Sabah/Sarawak) antaranya sebagaimana yang berikut:

- 4.1 Keperluan pematuhan kepada Akta Universiti dan Kolej Universiti 1979 dan pindaan 2009 [Akta 30].
- 4.2 Keperluan pematuhan kepada perundangan yang berkuatkuasa berkaitan dengan aktiviti di dalam kawasan Perlindungan Hidupan Liar dan Taman Negara di bawah pengurusan Jabatan Perhilitan (Petikan Akta-Rujuk Lampiran 1).
 - 4.2.1. Enakmen Taman Negara Pahang 1939 & pindaan 1990.
 - 4.2.2. Enakmen Taman Negara Kelantan 1938.
 - 4.2.3. Enakmen Taman Negara Terengganu 1939.
 - 4.2.4. Akta Taman Negara 1980 [Akta 226].
 - 4.2.5. Akta Perhutanan Negara 1984 [Akta 313].
 - 4.2.6. Akta Kanun Tanah Negara 1965 [Akta 56].
 - 4.2.7. Akta Pemuliharaan Hidupan Liar 2010 [Akta 716].
 - 4.2.8. *Wildlife Protection Ordinance 1958 of Sarawak.*
 - 4.2.9. *The Wildlife Conservation Enactment 1997 of Sabah.*
- 4.3 Keperluan pematuhan kepada Akta Perhutanan Malaysia (Petikan Akta-Rujuk Lampiran 2).
 - 4.3.1. Akta Perhutanan Negara, 1984 [Seksyen 47(1)]
 - 4.3.2. Akta Perhutanan Negara, 1984 [Seksyen 47 (2)].
 - 4.3.3. Akta Perhutanan Negara, 1984 [Seksyen 47 (3)].
 - 4.3.4. Akta Perhutanan Negara, 1984 [Seksyen 47 (4)].
 - 4.3.5. *Sarawak Forest Ordinance 1954.*
 - 4.3.6. Enakmen Hutan Sabah 1968.

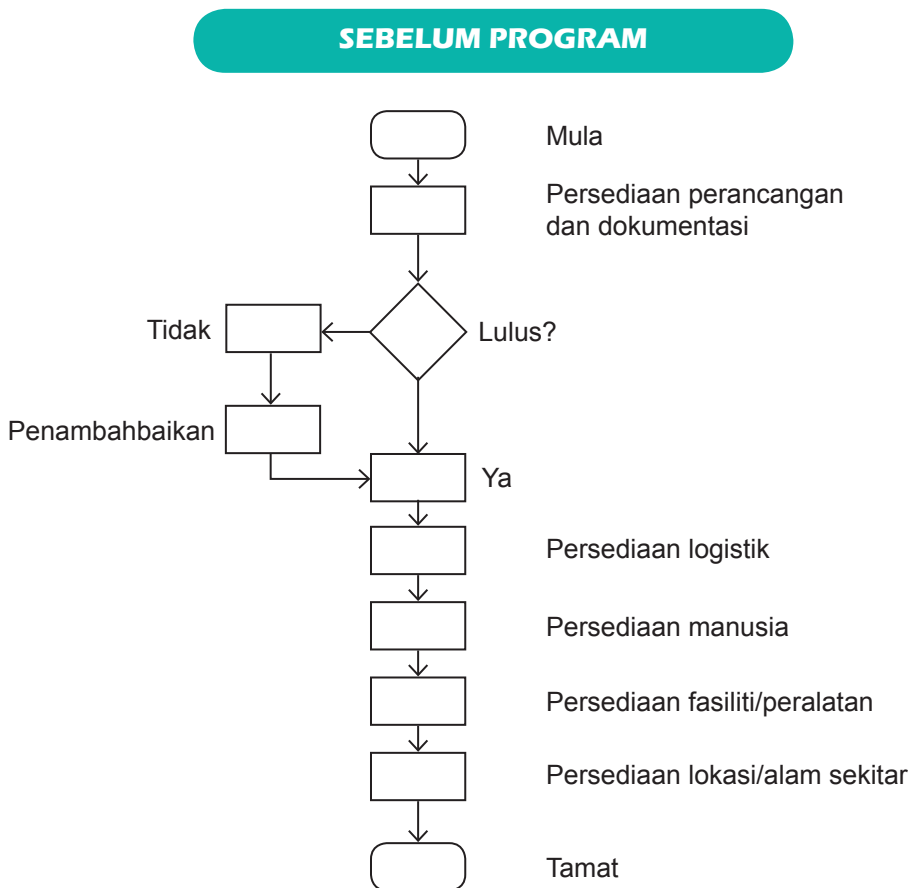
PROSEDUR UMUM PROGRAM REKREASI LUAR



Kelancaran dan keselamatan penganjuran program rekreasi luar adalah merupakan fokus utama KPT. Oleh yang demikian, SOP umum ini dibahagikan kepada beberapa fasa iaitu; i) sebelum, ii) semasa, dan iii) selepas program.

5.1 PROSEDUR SEBELUM PROGRAM

Carta Alir Prosedur Sebelum Program



5.1.1 Proses Persediaan Perancangan dan Dokumentasi Sebelum Program

Bil.	Aktiviti	Tindakan
1.	PYD dikehendaki merancang, menganalisis dan melengkapkan dokumen Permohonan Kelulusan Program Rekreasi luar untuk dikemukakan kepada PPT. Dokumen tersebut merangkumi: a) Kertas cadangan pelaksanaan program. b) Borang Pengurusan dan Penilaian Risiko (RAMS). c) Borang kontrak Jurulatih, Kontraktor, makanan, pengangkutan dan lain-lain lagi (sekiranya berkenaan). d) Borang laporan cuaca atau jadual pasang surut air laut (mana yang berkenaan) sekurang-kurangnya lima(5) hari sebelum, semasa dan selepas program. e) Peta lokasi serta borang perhubungan dan maklumat setempat - (peta dari aplikasi <i>Google Maps</i> boleh digunakan).	PYD
2.	Mengadakan pertemuan, pembentangan dan perbincangan bersama PPT berkenaan program rekreasi luar yang ingin dilaksanakan.	PYD
3.	Bersedia untuk menambahbaik perancangan program berdasarkan input dari sesi perbincangan bersama PPT.	PYD
4.	Setelah mendapat kelulusan, PYD perlu memastikan tindakan persediaan logistik yang berikut: a) Borang maklumat peribadi Peserta yang merangkumi maklumat asas Peserta, nombor telefon bagi tujuan perhubungan, kebenaran ibubapa/penjaga sekiranya Peserta berumur dibawah 18 tahun dan persetujuan lepas tanggung bagi Peserta berumur 18 tahun ke atas. b) Borang status kesihatan Peserta (boleh diperolehi dari Bahagian Kemasukan IPT masing-masing). c) Membuat perhubungan, lawatan dan pemakluman kepada pihak berkuasa/agensi tempatan contohnya PDRM, hospital, agensi kerajaan tempatan, Jabatan Perhutanan/Perhilitan/ Taman Negeri/Taman Laut, Pejabat Penghulu atau JKKK (mana yang berkenaan). d) Mendapatkan permit bagi aktiviti tinjauan dan pelaksanaan program rekreasi luar dari agensi terbabit. e) Menjalankan tinjauan rapi di lokasi program dan menganalisis risiko berdasarkan format dalam borang RAMS. f) Memastikan lokasi program bebas dari risiko yang tidak terkawal, wabak penyakit dan setara dengan kemahiran yang dimiliki oleh Jurulatih, Fasilitator dan Peserta. g) Mendapatkan kontrak insurans perlindungan bagi program rekreasi luar (contohnya, Insurans Kemalangan Rekreasi luar).	PYD

5.1.2 Proses Persediaan Manusia Sebelum Program

Bil.	Aktiviti	Tindakan
1.	Memastikan bilangan nisbah Jurulatih berbanding Peserta yang sesuai.	PYD
2.	Memastikan lokasi program setara dengan kemahiran yang dimiliki oleh Jurulatih, Fasilitator dan Peserta.	PYD dan Jurulatih
3.	Memastikan Jurulatih, Fasilitator dan Peserta memiliki kecergasan JERIS yang setara dengan program yang bakal dilaksanakan.	Semua
4.	Memastikan Jurulatih, Fasilitator dan Peserta jelas, faham dan mematuhi SOP keselamatan program yang telah ditetapkan.	Semua
5.	Memastikan Jurulatih, Fasilitator dan Peserta mampu melaksanakan pelan bertindak kecemasan sekiranya berlaku insiden yang tidak diingini.	Semua
6.	Memastikan semua Jurulatih dan Fasilitator harus memiliki kemahiran asas bantu mula.	PYD dan Jurulatih
7.	Semua Jurulatih, Fasilitator dan Peserta mengambil atau membawa ubatan pencegahan wabak/penyakit (malaria, gigitan serangga dan lain-lain).	PYD
8.	Semua Jurulatih, Fasilitator dan Peserta mengambil atau membawa ubatan peribadi bagi keperluan peribadi yang telah ditetapkan oleh pakar perubatan.	PYD
9.	Memastikan teguran dan cadangan penambahbaikan dari <i>post-mortem</i> program yang lepas diambil kira bagi tujuan memperbaiki kelemahan.	PYD

5.1.3 Proses Persediaan Fasiliti/Peralatan Sebelum Program

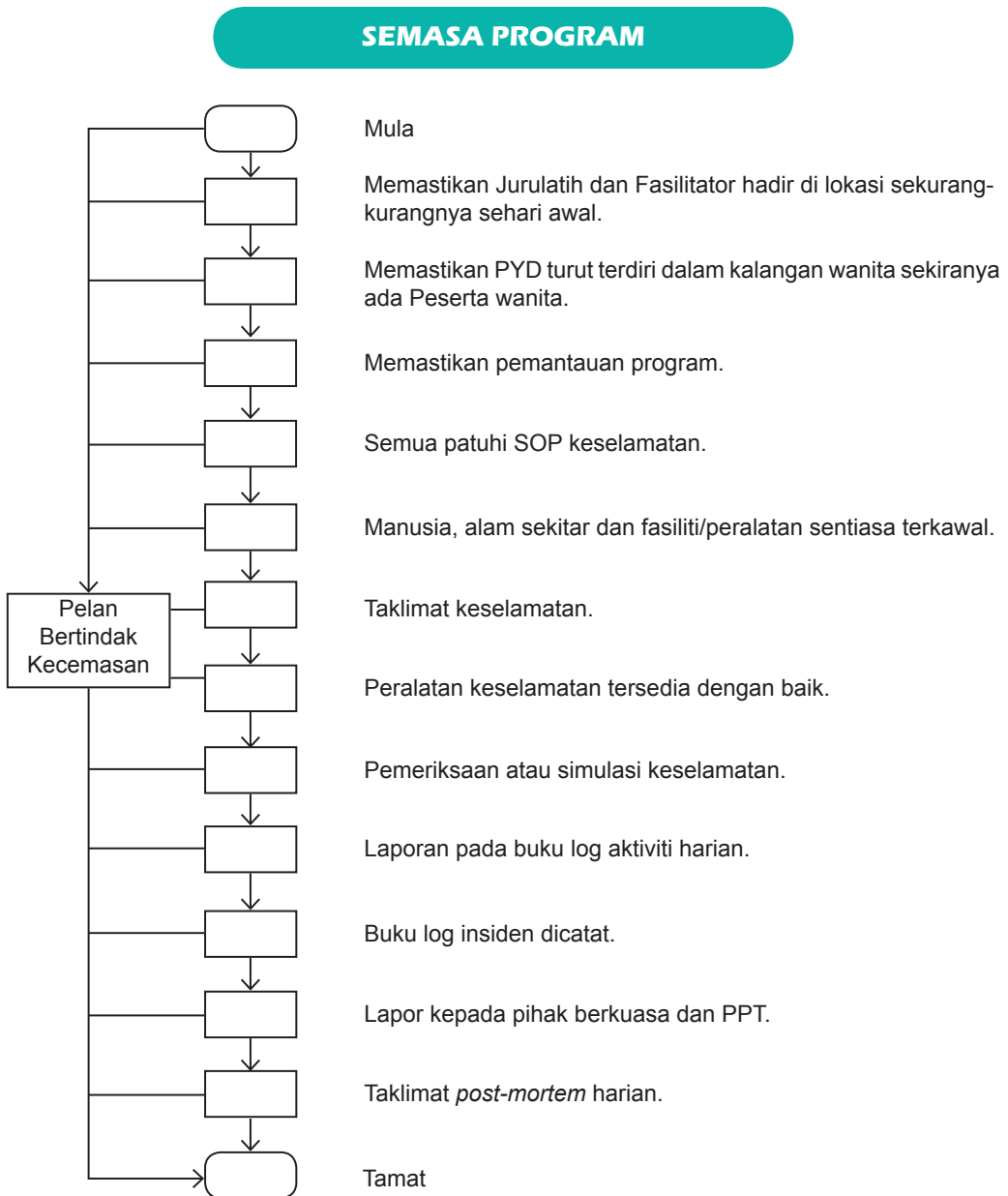
Bil.	Aktiviti	Tindakan
1.	Memastikan semua Jurulatih, Fasilitator dan Peserta memiliki pakaian yang bersesuaian dengan program rekreasi luar yang bakal dilaksanakan.	Semua
2.	Memastikan semua Jurulatih, Fasilitator dan Peserta memiliki alatan keselamatan asas seperti wisel, lampu picit, tali keselamatan, pisau, kit bantu mula, kit menyalakan api dan lain-lain lagi mengikut keperluan khas program.	PYD dan Jurulatih
3.	Memastikan semua alatan perhubungan seperti telefon, <i>walkie talkie</i> yang disediakan mencukupi, berada dalam keadaan baik dan boleh berfungsi serta dikendalikan dengan baik oleh Jurulatih, Fasilitator dan Peserta.	PYD
4.	Memastikan semua fasiliti/peralatan program berada dalam keadaan baik dan boleh digunakan dengan sempurna.	PYD dan Jurulatih
5.	Memastikan semua peralatan keselamatan berada dalam keadaan baik, mudah digunakan serta mudah capai oleh semua Jurulatih, Fasilitator dan Peserta.	Semua
6.	Memastikan semua peralatan yang tajam, mudah terbakar dan berisiko ditempatkan di lokasi yang selamat.	Semua

5.1.4 Proses Persediaan Lokasi/Alam Sekitar Sebelum Program

Bil.	Aktiviti	Tindakan
1.	Melaksanakan tinjauan lokasi secara terperinci dan memastikan persekitaran lokasi sentiasa berada dalam keadaan terkawal serta bebas dari risiko yang tidak diingini.	PYD
2.	Menyemak status lokasi aktiviti berkenaan wabak penyakit (contohnya malaria, kencing tikus dan lain-lain) dengan pihak berkaitan seperti Kementerian Kesihatan Malaysia.	PYD
3.	Menggunakan khidmat kepakaran setempat bagi mengetahui secara spesifik lokasi kawasan yang berisiko dan perlu dielakkan.	PYD
4.	Mendapatkan ramalan cuaca sekurang-kurangnya lima (5) hari sebelum, semasa dan selepas program.	PYD
5.	Mendapatkan peta lokasi program.	PYD
6.	Merancang pelan tindakan kecemasan berdasarkan faktor geografi lokasi program.	PYD dan Jurulatih

5.2 PROSEDUR SEMASA PROGRAM

5.2.1 Carta Alir Prosedur Semasa Program

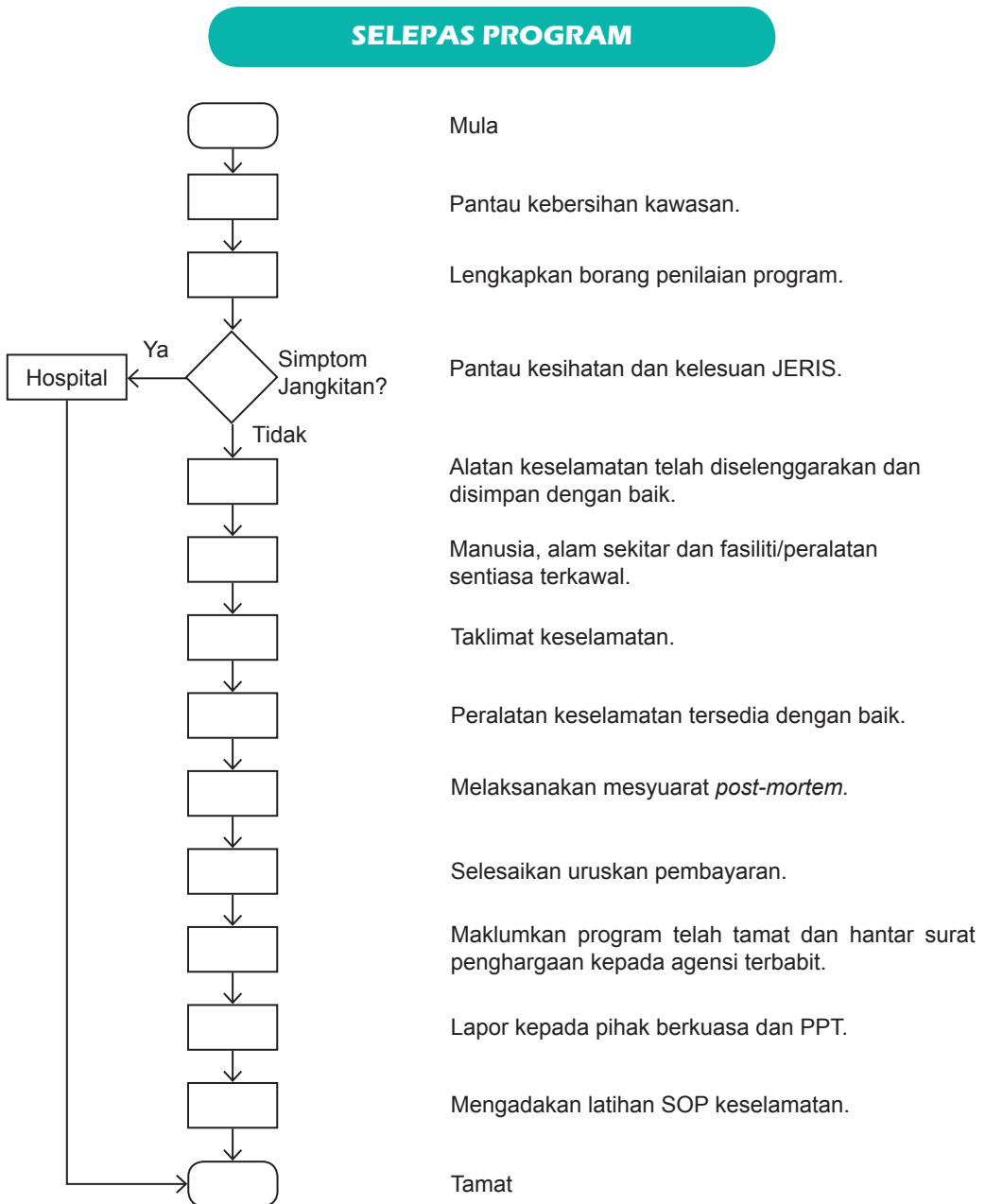


5.2.2 Proses Prosedur Kerja Semasa Program

Bil.	Aktiviti	Tindakan
1.	Memastikan Jurulatih dan Fasilitator hadir di lokasi sekurang-kurangnya sehari awal bagi melaksanakan kerja-kerja persiapan tempat, tinjauan lokasi program dan persediaan keselamatan.	PYD
2.	Memastikan PYD turut terdiri dalam kalangan wanita bagi menguruskan hal ehwal Peserta wanita.	PYD
3.	Memastikan pemantauan program dan program dilaksanakan secara sistematik dan berkala.	PYD
4.	Memastikan semua Jurulatih, Fasilitator dan Peserta mematuhi SOP keselamatan yang telah ditetapkan.	PYD
5.	Memastikan keadaan manusia, alam sekitar dan fasiliti/peralatan sentiasa berada dalam keadaan terkawal.	PYD dan Jurulatih
6.	Memastikan setiap Peserta diberikan taklimat keselamatan sebelum program dilaksanakan.	PYD dan Jurulatih
7.	Memastikan setiap peralatan keselamatan tersedia dengan baik, mencukupi dan mudah digunakan.	Jurulatih
8.	Pemeriksaan atau simulasi keselamatan boleh dilaksanakan bagi memastikan tahap kesediaan Jurulatih, Fasilitator dan Peserta dalam menghadapi insiden yang tidak diingini.	Jurulatih
9.	Memastikan setiap Jurulatih mengemaskini laporan pada buku log program harian.	PYD
10.	Memastikan sebarang kejadian yang hampir berlaku (<i>near miss</i>) atau insiden yang telah berlaku dicatatkan dalam buku log insiden dan langkah pencegahan insiden perlu dilaksanakan dengan segera.	PYD dan Jurulatih
11.	Sebarang insiden serius yang berlaku perlu dirujuk kepada pihak berkuasa dan dilaporkan kepada pihak Pentadbir PTj.	PYD dan Jurulatih
12.	Menjalankan taklimat <i>post-mortem</i> sebaik selesai aktiviti pada setiap hari bagi membuat penambahbaikan harian.	PYD dan Jurulatih

5.3 SELEPAS PROGRAM

5.3.1 Carta Alir Prosedur Selepas Program



5.3.2 Prosedur Selepas Program

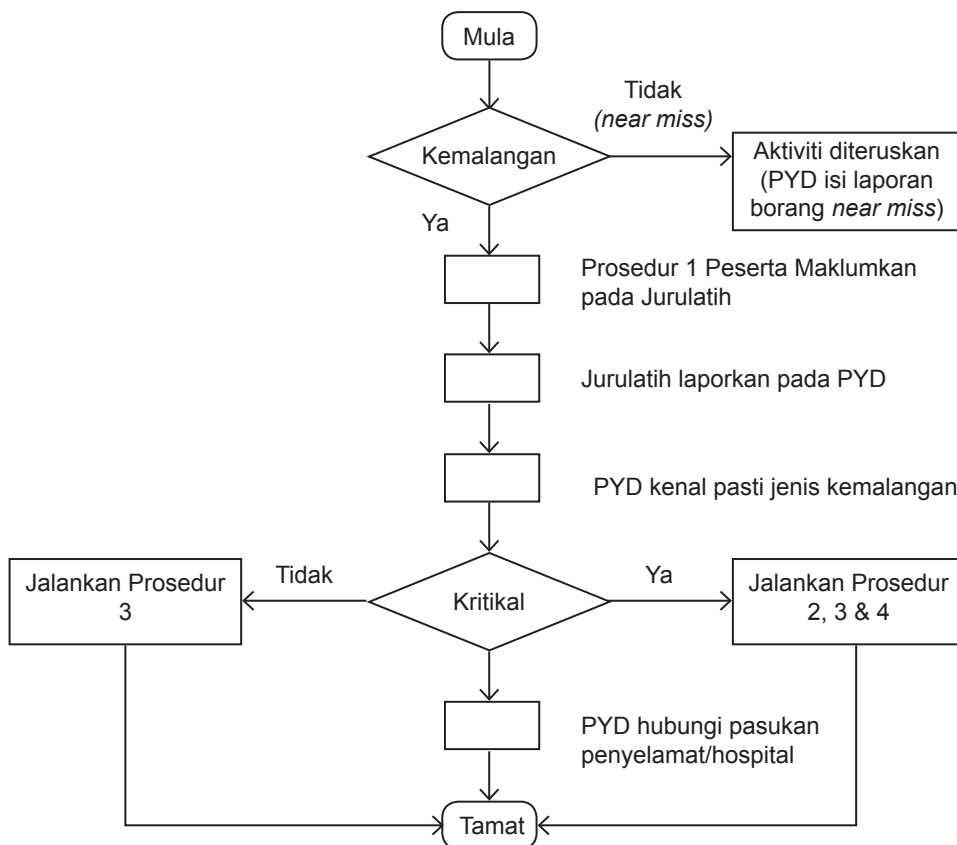
Bil.	Aktiviti	Tindakan
1.	Memastikan lokasi program dalam keadaan bersih, selamat dan selesa bagi kegunaan pihak lain.	Semua
2.	Menyediakan dan memastikan semua Jurulatih, Fasilitator dan Peserta telah mengisi borang penilaian program.	PYD
3.	Memastikan setiap Jurulatih, Fasilitator dan Peserta bebas dari simptom kecederaan, wabak penyakit dan kelesuan JERIS.	PYD dan Jurulatih
4.	Memastikan semua peralatan keselamatan telah diselenggarakan dan disimpan dengan baik.	Semua
5.	Melaksanakan mesyuarat <i>post-mortem</i> bagi mengenal pasti kekuatan/kelemahan program, SOP keselamatan serta cadangan penambahbaikan.	PYD dan Peserta
6.	Memastikan semua pembayaran telah dilaksanakan berdasarkan syarat kontrak yang telah ditandatangani.	PYD
7.	Memaklumkan agensi terbabit tentang tamat program dan menghantar surat penghargaan kepada pihak yang terlibat.	PYD
8.	Menyediakan laporan lengkap kepada pihak PPT.	PYD
9.	Mengadakan latihan SOP keselamatan secara berkala dalam kalangan Jurulatih, Fasilitator dan Peserta.	PYD

PELAN BERTINDAK KECEMASAN



Tujuan Pelan Bertindak Kecemasan ini dibangunkan adalah sebagai langkah persediaan sekiranya berlaku situasi kecemasan atau kemalangan di lokasi program rekreasi luar. Pelan ini harus dijadikan panduan kepada semua PYD, Jurulatih, Fasilitator dan Peserta yang terlibat dalam program rekreasi luar.

6.1 CARTA ALIR PELAN BERTINDAK KECEMASAN



Prosedur 3: Prosedur Bantuan Perubatan

- (i) Berikan rawatan berdasarkan tahap keterukan kecederaan mangsa.
- (ii) Periksa tindak balas mangsa.
- (iii) Periksa nadi mangsa.
- (iv) Periksa saluran penafasan mangsa.
- (v) Periksa penafasan mangsa.
- (vi) Kecederaan fizikal, pendarahan, hendaklah diberi rawatan yang bersesuaian.
- (vii) Sekiranya mangsa tidak bernafas, hubungi ambulans dan lakukan CPR.
- (viii) Teruskan membantu mangsa dengan CPR sehingga bantuan kecemasan tiba.

Prosedur 2: Prosedur Pusat Urusetia Kecemasan.

Prosedur 3: Prosedur Bantuan Perubatan.

Prosedur 4: Prosedur Mengira Jumlah Orang.

6.2

PROSEDUR TINDAKAN KECEMASAN

Bagi menangani situasi-situasi kecemasan semasa program rekreasi luar, Prosedur Umum 1 hingga 4 berikut perlulah dilaksanakan sebagai tindakan semasa kecemasan.

Prosedur 1: Prosedur Melapor Kecemasan

Perkara-perkara berikut perlu dilakukan apabila terdapat hal kecemasan:

- i. Bertenang dan cuba untuk menenangkan orang di sekeliling.
- ii. Hubungi Jurulatih atau Fasilitator dengan segera dan terangkan secara ringkas situasi kecemasan dan lokasi kecemasan tersebut berlaku.
- iii. Maklumkan kepada PYD untuk tindakan selanjutnya.
- iv. Bergerak ke tempat berkumpul dengan segera.

Prosedur 2: Prosedur Pusat Urusetia Kecemasan

- i. PYD mengarahkan Jurulatih atau Fasilitator untuk mewujudkan pusat urusetia kecemasan (sekiranya perlu) bagi tujuan menyalurkan maklumat kepada pihak berkuasa sekiranya perlu.
- ii. Sediakan lampu kecemasan, papan putih, kanopi, papan tanda, alat bantuan perubatan, peralatan komunikasi, dan lain-lain yang bersesuaian mengikut situasi kecemasan.
- iii. Hadkan akses ke pusat urusetia kecemasan hanya untuk individu yang diberi kebenaran sahaja.
- iv. Pastikan sekurang-kurangnya seorang perlu berada di pusat urusetia kecemasan sepanjang masa.

Prosedur 3: Prosedur Bantuan Perubatan

Apabila berlaku kecemasan yang memerlukan rawatan segera ke atas mangsa yang terlibat, samada PYD, Jurulatih atau Fasilitator hendaklah:

- i. Berikan rawatan berdasarkan keadaan dan tahap keterukan (rujuk Lampiran 4) kecederaan mangsa, keutamaan rawatan adalah kepada mangsa yang lebih teruk.
- ii. Periksa tindak balas mangsa dengan bertanya pada mangsa jenis kecederaan.
- iii. Periksa nadi mangsa.
- iv. Periksa saluran pernafasan mangsa.
- v. Periksa pernafasan mangsa.
- vi. Kecederaan fizikal, pendarahan, hendaklah diberi rawatan yang bersesuaian untuk menghentikan pendarahan dan dapatkan bantuan perubatan segera untuk membawa mangsa ke pusat kesihatan/hospital untuk rawatan lanjut.
- vii. Sekiranya mangsa tidak bernafas, hubungi Ambulans dan berikan 30 tekanan pada dada mangsa serta bantuan pernafasan *Cardiopulmonary Resuscitation* (CPR).
- viii. Teruskan membantu mangsa dengan CPR sehingga bantuan kecemasan tiba atau sehingga mangsa menunjukkan tindak balas bernafas.

Prosedur 4: Prosedur Mengira Jumlah Orang

Apabila berlaku kecemasan yang melibatkan sebahagian atau keseluruhan Peserta, prosedur mengira jumlah ahli program perlulah dilaksanakan.

- i. PYD, Jurulatih dan Fasilitator bergerak ke tempat berkumpul berserta senarai kedatangan Peserta.
- ii. Kumpulkan semua Peserta mengikut kumpulan yang terlibat.
- iii. Kawal keadaan dan beri arahan untuk mengira orang yang telah berkumpul.
- iv. Catatkan bilangan Peserta yang telah berkumpul dan laporkan jumlah akhir hitungan kepada PYD dan laporkan orang yang tidak ada dalam senarai hitungan segera kepada pihak berkuasa (sekiranya berkaitan).

6.3

INDIVIDU DAN TINDAKAN YANG TERLIBAT DALAM PELAN BERTINDAK KECEMASAN

Bil.	Individu	Tindakan
1.	PYD	- Bergerak ke lokasi kejadian dengan segera. - Kenalpasti bentuk kecemasan. - Tenangkan keadaan mangsa dan Peserta lain. - Berikan bantu mula atau lain-lain bantuan. - Menjalankan siasatan dan menilai situasi semasa kemalangan. - Menghubungi pasukan penyelamat. - Memaklumkan ibu bapa/penjaga sekiranya insiden terlalu serius. - Urusan pelaporan kepada pihak berkuasa, akhbar dan lain-lain. - Tuntutan insurans, ganti rugi dan lain-lain lagi.
2.	Jurulatih/Fasilitator	- Membantu PYD dalam melaksanakan tugas-tugas bertindak kecemasan semasa kejadian. - Mengambil alih tugas dan tanggungjawab sekiranya ketiadaan PYD. - Merekodkan insiden yang berlaku. - Mencari langkah pencegahan insiden dari berulang.
3.	Pasukan Penyelamat (Polis, Bomba, APM)	- Bergerak ke lokasi dengan segera selepas mendapat maklumat kecemasan. - Memberikan bantuan kecemasan kepada mangsa. - Merujuk kes kecemasan ke hospital yang berdekatan.
4.	Hospital	- Menerima kes kecemasan. - Menjalankan rawatan lanjutan.

6.4 PROSES KOMUNIKASI SEMASA BERLAKU KECEMASAN

Apabila berlaku sesuatu situasi kecemasan, PYD, Jurulatih, Fasilitator dan Peserta perlu berkomunikasi untuk menyampaikan maklumat kes kemalangan kepada pihak yang terlibat. Sistem arahan kecemasan ini adalah merupakan panduan untuk melancarkan proses memaklumkan situasi kemalangan dalam program rekreasi luar. Berikut disenaraikan aliran komunikasi semasa berlakunya kecemasan.

Bil.	Individu	Tindakan
1.	Peserta	Menghadapi kecemasan seterusnya laporkan kepada Jurulatih atau Fasilitator.
2.	Jurulatih/Fasilitator	Laporkan kepada PYD (ambil langkah pencegahan segera/ jalankan prosedur pertolongan cemas).
3.	PYD	Laporkan kepada agensi keselamatan (Pasukan Polis/ Bomba/Hospital).

6.5 NOMBOR PERHUBUNGAN KECEMASAN

Nombor perhubungan bagi tujuan kecemasan hendaklah dipamerkan di tempat-tempat strategik dan mudah dilihat seperti di kawasan urusetia perkhemahan. Walau bagaimanapun, sekiranya berlaku kemalangan yang serius, PYD perlulah melaporkannya kepada PTj terlebih dahulu bagi urusan selanjutnya di peringkat IPT masing-masing. Contoh senarai perhubungan kecemasan adalah seperti berikut:

- i. Polis
- ii. Bomba
- iii. Angkatan Pertahanan Awam Malaysia
- iv. Penghulu/Ketua Kampung
- v. Hospital
- vi. PPT

PROSEDUR KHUSUS PROGRAM REKREASI LUAR



7.1 AKTIVITI PERKHEMAHAN

Aktiviti perkhemahan adalah aktiviti rekreasi luar yang sangat popular di IPT di Malaysia. Sehubungan itu, terdapat beberapa garis panduan khusus yang perlu dilaksanakan bagi menjalankan aktiviti tersebut. Berikut adalah garis panduan yang perlu dipatuhi:

Perkara	Penerangan
1. Pengendali Aktiviti:	
i. PYD	PYD hendaklah mempunyai: • Sekurang-kurangnya seorang PYD pernah mempunyai pengalaman menguruskan Peserta dalam persekitaran perkhemahan. • Mempunyai pengetahuan asas tentang lokasi perkhemahan.
ii. Jurulatih	Jurulatih hendaklah mempunyai: • Sijil kelayakan mengajar dari mana-mana badan/persatuan kebangsaan yang diiktiraf. • Kemahiran yang setara dan berpengalaman luas dalam aktiviti perkhemahan. • Pengetahuan asas tentang lokasi perkhemahan.
iii. Fasilitator	Fasilitator hendaklah mempunyai: • Pengalaman yang luas dalam aktiviti perkhemahan. • Pernah menghadiri kursus atau bengkel Fasilitator program rekreasi luar anjuran mana-mana agensi. • Dilantik oleh IPT yang terlibat secara rasmi.
2. Kemahiran Bantu Mula	• PYD/Jurulatih/Fasilitator mesti mempunyai pengetahuan asas pertolongan cemas. • Peti pertolongan cemas yang lengkap perlu disediakan di kawasan urusetia perkhemahan. • Peti pertolongan cemas mudah alih mesti disediakan untuk setiap aktiviti yang dilaksanakan di luar lokasi tapak perkhemahan utama.
3. Persediaan Kumpulan	Setiap Peserta hendaklah: • Diberikan taklimat yang jelas berkenaan aktiviti yang dijalankan. • Diajar kemahiran asas perkhemahan yang selamat. • Bekalan makanan yang mencukupi.
4. Nisbah/Ratio	Dicadangkan nisbah PYD/Jurulatih: Peserta adalah sebagaimana berikut: • Aktiviti perkhemahan yang berisiko tinggi seperti perkhemahan bergerak (<i>mobile camping</i>) adalah disyorkan 1:10. • Aktiviti perkhemahan yang berisiko rendah seperti perkhemahan dikem tetap (<i>base camping</i>) adalah disyorkan 1:20.

Perkara	Penerangan
5. Lokasi	Pemilihan lokasi perkhemahan haruslah: - Bersesuaian dengan jumlah Peserta dan patuh undang-undang lokasi (permit, <i>carrying capacity</i> dan lain-lain). - Mendapat keizinan/permit bertulis daripada agensi yang terlibat.
6. Keperluan Peribadi	Setiap Peserta hendaklah: Maklum berkenaan pakaian dan peralatan peribadi dengan mengambil kira faktor persekitaran aktiviti (cuaca, ciri-ciri topografi, flora dan fauna) merangkumi alatan keselamatan seperti wisel dan krim perlindungan matahari.
7. Peralatan	- Khemah yang berkeadaan baik dan memuaskan. - Peralatan komunikasi (<i>walkie talkie</i>, telefon) yang boleh berfungsi dengan baik. - Peralatan memasak yang mencukupi dan berfungsi. - Kenderaan yang sesuai bagi tujuan kecemasan.
8. Aspek Keselamatan	- Semasa tinjauan lokasi, kenal pasti peralatan, prasarana dan ciri-ciri lain yang mungkin mendatangkan risiko sewaktu program dilaksanakan. - Taklimat keselamatan kepada Peserta perlu merangkumi maklumat had/ sempadan kawasan, prosedur keselamatan dan pelan bertindak kecemasan. - Prosedur kecemasan termasuk prosedur kebakaran dan evakuasi mesti dijelaskan kepada Peserta sebaik sahaja tiba di tapak perkhemahan. - Tempat khusus perlu disediakan untuk alatan perkhemahan yang boleh mendatangkan kecederaan atau kebakaran. - Penjelasan tentang flora dan fauna yang mungkin boleh menyebabkan risiko. - Elakkan membina tapak perkhemahan di kawasan laluan air dan cerun yang merbahaya.
9. Etika Aktiviti	- Membina tapak perkhemahan sekurang-kurangnya 30 meter dari sumber air bersih. - Tidak merosakkan flora dan fauna yang terdapat di lokasi perkhemahan. - Membawa keluar sampah kering (plastik pembungkus, tin dan sebagainya) ke kawasan pelupusan sampah yang berhampiran. - Tidak memberi makanan kepada hidupan liar di sekitar lokasi perkhemahan makanan. - Melupuskan sampah basah (sisa makanan) dengan cara menanam.

7.2 AKTIVITI AIR

Aktiviti air adalah antara aktiviti yang mencabar dalam program rekreasi luar. Penggunaan medium air yang sukar untuk dikawal memungkinkan pelbagai risiko kepada keselamatan pengendali aktiviti dan juga Peserta. Oleh itu, langkah-langkah pencegahan perlu diambil oleh pengendali aktiviti bagi mengelakkan sebarang kejadian dan juga perkara yang tidak diingini. Berikut adalah garis panduan yang perlu dipatuhi:

Perkara	Penerangan
1. Pengendali Aktiviti:	
i. PYD	PYD hendaklah mempunyai: • Sekurang-kurangnya seorang PYD pernah mempunyai pengalaman menguruskan Peserta dalam aktiviti air. • Pengetahuan asas tentang lokasi aktiviti.
ii. Jurulatih	Jurulatih hendaklah mempunyai: • Sijil kelayakan mengajar/menyelamat di air dari mana-mana badan/persatuan kebangsaan yang diiktiraf. • Kemahiran yang setara dan berpengalaman luas dalam aktiviti air. • Pengetahuan asas tentang lokasi perkhemahan.
iii. Fasilitator	Fasilitator hendaklah mempunyai: • Pengalaman yang luas dalam aktiviti air. • Pernah menghadiri kursus atau bengkel Fasilitator program rekreasi luar anjuran mana-mana agensi. • Dilantik oleh IPT yang terlibat secara rasmi.
2. Kemahiran Bantu Mula	• PYD/Jurulatih/Fasilitator mesti mempunyai pengetahuan asas pertolongan cemas. • PYD/Jurulatih/Fasilitator mesti mempunyai kemahiran menyelamat dan CPR. • Peti pertolongan cemas mudah alih yang lengkap perlu disediakan di lokasi aktiviti.
3. Persediaan Kumpulan	Setiap Peserta hendaklah: • Diberikan taklimat yang jelas berkenaan aktiviti yang dijalankan. • Diberikan taklimat yang jelas berkenaan risiko lemas dan risiko penyakit berjangkit melalui makanan dan minuman yang telah tercemar, udara atau titisan air, gigitan serangga dan juga melalui gigitan haiwan zoonosis seperti tikus, anjing dan lain-lain lagi kepada semua yang terlibat. • Diajar kemahiran asas menyelamat diri sendiri. • Berupaya untuk terapung dengan bantuan <i>Personal Floatation Device</i> (PFD). • Bekalan makanan yang mencukupi.

Perkara	Penerangan
4. Nisbah/Ratio	Dicadangkan nisbah PYD/Jurulatih: Peserta adalah sebagaimana berikut: - Aktiviti air yang berisiko tinggi seperti aktiviti di sungai berjeram/laut berombak adalah disyorkan 1:5. - Aktiviti air yang berisiko rendah seperti di tasik/kawasan pantai yang tenang adalah disyorkan 1:10.
5. Lokasi	Pemilihan lokasi aktiviti haruslah: - Bersesuaian dengan jumlah Peserta dan patuh undang-undang lokasi (permit, <i>carrying capacity</i> dan lain-lain). - Mendapat keizinan/permit bertulis daripada agensi yang terlibat. - Bersesuaian dengan kemampuan/kelayakan Jurulatih.
6. Keperluan Peribadi	Setiap Peserta hendaklah: - Dilengkapi dengan PFD (Type 3 atau 5) yang berkeadaan baik dan berfungsi untuk mengapungkan Peserta. - Memakai kasut/alas kaki bagi mengelakkan kecederaan. - Wisel bagi tujuan kecemasan. - Maklum berkenaan pakaian dan peralatan peribadi dengan mengambil kira faktor persekitaran aktiviti (cuaca, ciri-ciri topografi, flora dan fauna) merangkumi alatan keselamatan (seperti wisel dan krim perlindungan matahari). - Memastikan kesihatan diri dalam keadaan yang optimum serta tiada luka-luka kecil pada anggota badan. - Menyediakan air masak/terawat yang bersih untuk air minuman.
7. Peralatan	- Alatan yang berkeadaan baik dan memuaskan. - Dilengkapi dengan alatan menyelamatkan (<i>throw bag</i>, wisel, <i>carabiner</i> dan pisau keselamatan). - Peralatan komunikasi (<i>walkie talkie</i>, telefon) yang boleh berfungsi dengan baik.
8. Aspek Keselamatan	- Semasa tinjauan lokasi, kenal pasti peralatan, prasarana dan ciri-ciri lain yang mungkin mendatangkan risiko sewaktu program dilaksanakan. - Taklimat keselamatan kepada Peserta perlu merangkumi maklumat had/ sempadan kawasan, prosedur keselamatan dan pelan bertindak kecemasan. - Prosedur kecemasan termasuk prosedur lemas atau banjir kilat mesti dijelaskan kepada Peserta sebaik sahaja setelah tiba di lokasi aktiviti.

Perkara	Penerangan
	• Penjelasan tentang flora dan fauna yang mungkin boleh menyebabkan risiko. • PYD perlulah mendapatkan maklumat lanjut mengenai risiko-risiko penyakit melalui agensi-agensi kesihatan yang diiktiraf seperti Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) melalui pusat-pusat kesihatan yang berdekatan kawasan program/rekreasi luar yang akan dijalankan. Maklumat-maklumat tersebut perlulah diperoleh dalam masa 3 minggu sebelum tarikh program yang akan dijalankan. • PYD perlu mendapatkan maklumat awal daripada penduduk setempat berkenaan risiko jangkitan dan kes-kes lampau yang telah berlaku di kawasan tersebut. • PYD perlu elakkan dari menjalani aktiviti di kawasan air yang bertakung, berlopak, kawasan tepi tasik, dan kawasan-kawasan yang berisiko tinggi dengan kencing tikus. • Maklumkan kepada Peserta tentang keperluan memantau tahap kesihatan selepas 2 hingga 3 minggu selepas program dan maklumkan kepada PYD sekiranya berlaku sebarang jangkitan.
9. Etika Aktiviti	• Tidak merosakkan flora dan fauna yang terdapat di lokasi aktiviti. • Dilarang membuang najis di dalam air. • Membawa keluar sampah kering (plastik pembungkus, tin dan sebagainya) ke kawasan pelupusan sampah yang berhampiran. • Tidak memberi makanan kepada hidupan liar di sekitar lokasi aktiviti. • Melupuskan sampah basah (sisa makanan) dengan cara menanam.

7.3 ABSEILING

Aktiviti tali tinggi seperti *abseiling* bukanlah asing lagi di dalam penganjuran program kegiatan luar di peringkat IPT. *Abseiling* adalah aktiviti yang berisiko tinggi kerana pelaksanaannya yang melibatkan aras tinggi dan persekitaran yang terbuka. Sehubungan itu, terdapat beberapa garis panduan khusus yang perlu dilaksanakan bagi menjalankan aktiviti tersebut. Berikut adalah garis panduan yang perlu dipatuhi:

Perkara	Penerangan
1. Pengendali Aktiviti:	
i. PYD	PYD hendaklah mempunyai: • Sekurang-kurangnya seorang PYD pernah mempunyai pengalaman menguruskan Peserta dalam persekitaran aktiviti <i>abseiling</i> dijalankan. • Mempunyai pengetahuan asas tentang lokasi dan berkenaan aktiviti <i>abseiling</i>.
ii. Jurulatih	Jurulatih hendaklah mempunyai: • Sijil kelayakan mengajar dari mana-mana badan/persatuan kebangsaan yang diiktiraf. • Kemahiran yang setara dan berpengalaman luas dalam aktiviti <i>abseiling</i>. • Pengetahuan asas tentang lokasi aktiviti <i>abseiling</i>.
iii. Fasilitator	Fasilitator hendaklah mempunyai: • Pengalaman yang luas dalam aktiviti <i>abseiling</i>. • Pernah menghadiri kursus atau bengkel Fasilitator program rekreasi luar anjuran mana-mana agensi. • Dilantik oleh IPT yang terlibat secara rasmi.
2. Kemahiran Bantu Mula	• PYD/Jurulatih/Fasilitator mesti mempunyai pengetahuan asas pertolongan cemas. • Peti pertolongan cemas yang lengkap perlu disediakan di kawasan aktiviti <i>abseiling</i>. • Peti pertolongan cemas mudah alih mesti disediakan untuk setiap aktiviti <i>abseiling</i> yang dilaksanakan.
3. Persediaan Kumpulan	Setiap Peserta hendaklah: • Diberikan taklimat yang jelas berkenaan aktiviti yang dijalankan. • Diajar kemahiran asas aktiviti <i>abseiling</i> yang selamat. • Diajar asas ikatan. • Praktikal kemahiran asas aktiviti <i>abseiling</i>.
4. Nisbah/Ratio	Dicadangkan nisbah PYD/Jurulatih: Peserta adalah sebagaimana berikut: • Aktiviti <i>abseiling</i> yang berisiko tinggi seperti ini adalah disyorkan 1:10.

Perkara	Penerangan
5. Lokasi	Pemilihan lokasi aktiviti <i>abseiling</i> haruslah: - Bersesuaian dengan jumlah Peserta dan patuh undang-undang lokasi (permit, <i>carrying capacity</i> dan lain-lain). - Mendapat keizinan/permit bertulis daripada agensi yang terlibat.
6. Keperluan Peribadi	Setiap Peserta hendaklah: Maklum berkenaan pakaian dan peralatan peribadi dengan mengambil kira faktor persekitaran aktiviti (cuaca, suhu, ciri-ciri topografi, flora dan fauna) merangkumi alatan keselamatan seperti wisel dan krim perlindungan matahari.
7. Peralatan	- Peralatan aktiviti <i>abseiling</i> yang berkeadaan baik. - Peralatan komunikasi (<i>walkie talkie</i>, telefon) yang boleh berfungsi dengan baik. - Kenderaan yang sesuai bagi tujuan kecemasan.
8. Aspek Keselamatan	- Semasa tinjauan lokasi, kenal pasti peralatan, prasarana dan ciri-ciri lain yang mungkin mendatangkan risiko sewaktu program dilaksanakan. - Taklimat keselamatan kepada Peserta perlu merangkumi pengurusan peralatan, keselamatan aktiviti, demonstrasi aktiviti, prosedur keselamatan dan pelan bertindak kecemasan. - Prosedur kecemasan termasuk prosedur kecederaan/kemalangan mesti dijelaskan kepada Peserta sebaik sahaja tiba di tapak aktiviti <i>abseiling</i>. - Memastikan pengiktirafan UIAA (CE/EN): Kelengkapan peralatan aktiviti <i>abseiling</i> seperti tali (dinamik/statik/prusik) dan <i>abseiling-device</i> (<i>carabiners/ figure of eight/ harness/ATC/ sling/quick draw</i> dan lain-lain) adalah selamat. - Peringatan kepada Peserta untuk memakai peralatan aktiviti <i>abseiling</i> dengan betul. - Memastikan peralatan <i>abseiling</i> yang dipakai Peserta telah diperiksa secara berpasangan (<i>buddy system</i>). - Memantau Peserta yang berambut panjang/ bertudung atau berbaju besar bagi mengelakkan kemalangan (Contoh: rambut tersangkut di dalam <i>abseiling-device</i>). - Hanya Peserta yang lengkap dengan peralatan aktiviti <i>abseiling</i> dibenarkan untuk memanjat/ menaiki menara/ puncak bagi mula aktiviti.
9. Etika Aktiviti	- Memilih tapak (<i>anchor point</i>)/kawasan yang tidak merosakkan flora (<i>rope protector</i>) dan fauna atau binaan yang terdapat di lokasi aktiviti <i>abseiling</i>. - Memastikan Peserta memakai pakaian yang bersesuaian (tidak longgar). - Peserta yang menunggu tidak dibenarkan untuk berada dikawasan tinggi. - Tempat khusus perlu disediakan untuk peralatan aktiviti <i>abseiling</i> yang mudah rosak/sensitif (beralas/bertutup). - Tidak membuat sampah atau mengotorkan kawasan aktiviti <i>abseiling</i>.

7.4 ORIENTEERING

Aktiviti *orienteering* juga tidak terkecuali sebagai aktiviti utama dalam sesebuah program rekreasi luar di peringkat IPT. Aktiviti ini memerlukan ketahanan fizikal dan mental kerana melibatkan persekitaran yang terbuka. Oleh itu, langkah-langkah pencegahan perlu diambil oleh pengendali aktiviti bagi mengelakkan sebarang kejadian dan juga perkara yang tidak diingini. Berikut adalah garis panduan yang perlu dipatuhi:

Perkara	Penerangan
1. Pengendali Aktiviti:	
i. PYD	PYD hendak mempunyai: • Sekurang-kurangnya seorang PYD pernah mempunyai pengalaman menguruskan Peserta dalam aktiviti <i>orienteering</i>. • Pengetahuan asas tentang lokasi aktiviti <i>orienteering</i>.
ii. Jurulatih	Jurulatih hendaklah mempunyai: • Sijil kelayakan aktiviti <i>orienteering</i> dari mana-mana badan/persatuan kebangsaan yang diiktiraf. • Kemahiran yang setara dan berpengalaman luas dalam aktiviti <i>orienteering</i>. • Pengetahuan asas tentang lokasi aktiviti <i>orienteering</i>.
iii. Fasilitator	Fasilitator hendaklah mempunyai: • Pengalaman yang luas dalam aktiviti <i>orienteering</i>. • Pernah menghadiri kursus atau bengkel Fasilitator program rekreasi luar anjuran mana-mana agensi. • Dilantik oleh IPT yang terlibat secara rasmi.
2. Kemahiran Bantu Mula	• PYD/Jurulatih/Fasilitator mesti mempunyai pengetahuan asas pertolongan cemas. • PYD/Jurulatih/Fasilitator mesti mempunyai kemahiran menyelamatkan dan CPR. • Peti pertolongan cemas mudah alih yang lengkap perlu disediakan di lokasi aktiviti.
3. Persediaan Kumpulan	Setiap Peserta hendaklah: • Diberikan taklimat yang jelas berkenaan aktiviti <i>orienteering</i> yang dijalankan. • Diberikan taklimat yang jelas berkenaan risiko kecederaan atau kemalangan yang boleh berlaku ketika aktiviti <i>orienteering</i>. • Diberikan taklimat yang jelas berkenaan prosedur kecemasan bagi kes-kes kecederaan, kemalangan atau sesat ketika aktiviti <i>orienteering</i>. • Diajar kemahiran asas seperti cara menggunakan kompas dan membaca kontur atau peta. • Menjalankan simulasi navigasi kepada semua Peserta secara berkumpulan (sekitar kawasan taklimat).

Perkara	Penerangan
	• Peserta dipastikan yakin dalam menggunakan kompas dan ketika simulasi navigasi. • Jika cuaca panas, atau mana-mana situasi yang bersesuaian pastikan Peserta minum dengan cukup sewaktu aktiviti dijalankan.
4. Nisbah/Ratio	Dicadangkan nisbah PYD/Jurulatih: Peserta adalah sebagaimana berikut: • Aktiviti <i>orienteering</i> yang berisiko adalah disyorkan 1:10.
5. Lokasi	Pemilihan lokasi aktiviti haruslah: • Bersesuaian dengan jumlah Peserta dan patuh undang-undang lokasi (permit, <i>carrying capacity</i> dan lain-lain). • Mendapat keizinan/permit bertulis daripada agensi yang terlibat. • Bersesuaian dengan kemampuan/kelayakan Jurulatih.
6. Keperluan Peribadi	Setiap Peserta hendaklah: • Maklum berkenaan pakaian dan peralatan peribadi dengan mengambil kira faktor persekitaran aktiviti (cuaca, ciri-ciri topografi, flora dan fauna) merangkumi alatan keselamatan (seperti wisel dan krim perlindungan matahari). • Menyediakan air minuman yang mencukupi.
7. Peralatan	• Memastikan peralatan aktiviti <i>orienteering</i> berkeadaan baik dan memuaskan. Uji atau periksa ketepatan kompas dan peta. • Dilengkapi dengan peta yang tepat dan jelas sebagai panduan. • Peralatan komunikasi (<i>walkie talkie</i>, telefon) yang boleh berfungsi dengan baik (bagi kegunaan kecemasan oleh Fasilitator/Jurulatih/PYD).
8. Aspek Keselamatan	• Semasa tinjauan lokasi, kenal pasti peralatan, prasarana dan ciri-ciri lain yang mungkin mendatangkan risiko sewaktu program dilaksanakan. • Taklimat keselamatan kepada Peserta perlu merangkumi maklumat had/ sempadan aktiviti <i>orienteering</i>, prosedur keselamatan dan pelan bertindak kecemasan. • Prosedur kecemasan termasuk prosedur sesat atau cedera/ kemalangan mesti dijelaskan kepada Peserta sebaik sahaja setelah tiba di lokasi aktiviti. • Penjelasan tentang flora dan fauna yang mungkin boleh menyebabkan risiko. • PYD perlu elakkan dari menjalani aktiviti di kawasan air yang bertakung, berlokap, kawasan tepi tasik, dan kawasan-kawasan yang berisiko tinggi dengan kencing tikus atau sarang/habitat binatang berbisa.
9. Etika Aktiviti	• Tidak merosakkan flora dan fauna (menanda/menakik) yang terdapat di lokasi aktiviti. • Memastikan Peserta tidak terkeluar/melebihi had/ sempadan aktiviti. • Dilarang membuat atau meninggalkan sampah. • Tidak memberi makanan kepada hidupan liar di sekitar lokasi aktiviti.

7.5 ROCK CLIMBING

Aktiviti *rock climbing* adalah sebuah aktiviti berisiko tinggi yang memerlukan perancangan dan pengurusan aktiviti yang baik. Pelaksanaan di persekitaran terbuka dengan permukaan batuan yang tajam dan berbahaya memungkinkan pelbagai risiko. Oleh itu, langkah-langkah pencegahan perlu diambil oleh pengendali aktiviti bagi mengelakkan sebarang kejadian dan juga perkara yang tidak diinginkan. Berikut adalah garis panduan yang perlu dipatuhi:

Perkara	Penerangan
1. Pengendali Aktiviti:	
i. PYD	PYD hendaklah mempunyai: • Pengalaman menguruskan peserta dalam persekitaran <i>rock climbing</i>. • Pengetahuan asas tentang aktiviti <i>rock climbing</i> di alam semula jadi.
ii. Jurulatih	• Jurulatih hendaklah mempunyai: • Sijil kelayakan mengajar dari mana-mana badan persatuan kebangsaan yang diiktiraf. • Kemahiran yang setara dan berpengalaman luas dalam aktiviti <i>rock climbing</i>. • Berpengetahuan asas tentang lokasi <i>rock climbing</i> yang sesuai.
iii. Fasilitator	Fasilitator hendaklah mempunyai: • Pengalaman yang luas dalam aktiviti <i>rock climbing</i>. • Pernah menghadiri kursus atau bengkel Fasilitator program kegiatan luar anjuran mana-mana agensi. • Dilantik oleh IPT yang terlibat secara rasmi.
2. Kemahiran Bantu Mula	• Sekiranya aktiviti <i>rock climbing</i> dilakukan di tempat yang terpencil, seorang dewasa (bukan dalam kalangan pelajar) yang mempunyai kemahiran/sijil dalam asas pertolongan cemas harus menemani pelajar. • Peti pertolongan cemas yang lengkap perlulah disediakan dan berada di kawasan aktiviti <i>rock climbing</i>.
3. Persediaan Kumpulan	Setiap Peserta hendaklah: • Diberi latihan yang sesuai sebelum memulakan aktiviti <i>rock climbing</i>. Ini termasuk keselamatan cara istilah yang digunakan ketika <i>rock climbing</i>. • Pelajar tidak boleh melakukan '<i>belaying</i>' sehingga mereka mendapat pengalaman mendaki terlebih dahulu. • Sebagai permulaan, mereka perlu berhati-hati dan mengikut arahan, penyeliaan yang rapi dan penggunaan tambahan terutamanya apabila '<i>belaying</i>' dari atas.

Perkara	Penerangan
	• Pelajar yang baru hendak belajar cara <i>belay</i> haruslah mempunyai '<i>buddy</i>' atau '<i>buddy system</i>' supaya mengelakkan sebarang kemalangan ketika melakukan aktiviti. • pelajar yang berpengalaman boleh mula untuk <i>belay</i> bersendirian hanya selepas penilaian yang teliti dan didokumenkan oleh penilai.
4. Nisbah/Ratio	Dicadangkan nisbah PYD/Jurulatih: Peserta adalah sebagaimana berikut: • <i>Top rope single pitch top belay</i> 1:6. • <i>Multi pitch climbing</i> 1:3. • Peserta yang tidak melakukan aktiviti <i>rock climbing</i> dan berada di bawah boleh dipantau oleh PYD/Fasilitator dengan nisbah 1:15.
5. Lokasi	Pemilihan lokasi aktiviti haruslah: • Bersesuaian dengan jumlah Peserta dan patuh undang-undang lokasi (permit, <i>carrying capacity</i> dan lain-lain). • Mendapat keizinan/permit bertulis daripada agensi yang terlibat. • Bersesuaian dengan kemampuan/kelayakan Jurulatih. • Kakitangan/staf yang terlibat dalam aktiviti <i>rock climbing</i> mestilah mempunyai pengetahuan tentang laluan akses melalui tebing. • Batu-batuan mesti dinilai terlebih dahulu dan pastikan tiada risiko batu besar akan jatuh dan sebagainya, termasuk di bahagian atas di mana pelajar akan menamatkan pendakian. • Ia adalah disyorkan bahawa staf dapat memilih lokasi yang disertakan dengan buku panduan kawasan tersebut.
6. Keperluan Peribadi	Setiap Peserta hendaklah: • Memakai pakaian yang selesa, tidak terlampau besar dan tidak menyukarkan pergerakan serta bersesuaian mengikut cuaca. • Barang kemas, cincin dan jam tidak dibenarkan semasa aktiviti dilakukan. • Yang bercermin mata perlulah dipakai dengan strap. • Krim perlindungan matahari. • Menyediakan air minuman yang mencukupi.
7. Peralatan	• PYD/Jurulatih/Fasilitator hendaklah mempunyai pengalaman dan pengetahuan tentang sejarah dan kegunaan tali dan peralatan yang hendak digunakan. • Peralatan mestilah dalam keadaan baik serta dikenalpasti sebagai selamat berdasarkan rekod log keselamatan dan kegunaan peralatan. • Semua peralatan yang digunakan mestilah peralatan yang direka khusus untuk aktiviti <i>rock climbing</i>. • Topi keselamatan ketika mendaki perlu dipakai sepanjang masa. • PYD/Jurulatih/Fasilitator mesti membawa peralatan menyelamatkan asas – sebagai contoh, <i>prusik slings</i>, <i>carabiner</i>, <i>descender</i>, lampu keselamatan, dan peranti <i>belay</i>.

Perkara	Penerangan
8. Aspek Keselamatan	• Peserta perlulah sentiasa berhati-hati dan berwaspada dengan sebarang bahaya dan risiko termasuklah runtuh batu. • Peserta perlulah memeriksa keselamatan antara satu sama lain serta kesemua peralatan yang digunakan untuk aktiviti. • Penjelasan tentang jenis-jenis flora dan fauna yang mungkin boleh menyebabkan risiko.
9. Etika Aktiviti	• Tidak merosakkan flora dan fauna (menanda/menakik) yang terdapat di lokasi aktiviti. • Memastikan Peserta tidak terkeluar/melebihi had/ sempadan aktiviti. • Tidak mengganggu habitat asal hidupan liar di kawasan aktiviti. • Tidak memberi makanan kepada hidupan liar di sekitar lokasi aktiviti. • Adalah digalakkan jumlah saiz kumpulan itu tidak boleh melebihi 15 orang, untuk mengurangkan kesan alam sekitar.

7.6 KEMBARA HUTAN

Aktiviti kembara hutan adalah sebuah aktiviti yang dijalankan di persekitaran terbuka di dalam hutan. Oleh itu, langkah-langkah pencegahan perlu diambil oleh pengendali aktiviti bagi mengelakkan sebarang kejadian dan juga perkara yang tidak diinginkan. Berikut adalah garis panduan yang perlu dipatuhi:

Perkara	Penerangan
1. Pengendali Aktiviti:	
i. PYD	PYD hendaklah mempunyai: • Pengalaman menguruskan peserta dalam persekitaran hutan dan gunung. • Pengetahuan asas tentang aktiviti kembara dan perkhemahan.
ii. Jurulatih	Jurulatih hendaklah mempunyai: • Sijil kelayakan mengajar dari mana-mana badan persatuan kebangsaan yang diiktiraf. • Kemahiran yang setara dan berpengalaman luas dalam aktiviti navigasi kembara hutan. • Berpengetahuan asas tentang lokasi atau gunung yang hendak didaki tersebut.
iii. Fasilitator	Fasilitator hendaklah mempunyai: • Pengalaman yang luas dalam aktiviti kembara hutan. • Pernah menghadiri kursus atau bengkel Fasilitator program kegiatan luar anjuran mana-mana agensi. • Dilantik oleh IPT yang terlibat secara rasmi.

2. Kemahiran Bantu Mula	- Pastikan dalam satu-satu kumpulan terdapat seorang yang mahir dalam memberikan bantu mula jika berlaku sebarang kemalangan. - Pastikan peti pertolongan cemas telah dilengkapkan dan sentiasa bersama dengan salah seorang dalam kumpulan yang telah dibahagi-bahagikan untuk pendakian.
3. Persediaan Kumpulan	Setiap Peserta hendaklah: - Diberi latihan yang sesuai sebelum memulakan aktiviti kembara hutan. - Bersedia untuk dibahagikan kepada beberapa kumpulan kecil (4-6 orang). - Menggunakan '<i>buddy system</i>' bagi memastikan keselamatan setiap ahli.
4. Nisbah/Ratio	Dicadangkan nisbah PYD/Jurulatih: Peserta adalah sebagaimana berikut: 1:15 bagi laluan trek biasa yang berisiko rendah. 1:8 bagi kawasan yang berbukit bukau dan berisiko tinggi. 1:6 bagi kawasan hutan tebal dan berisiko tinggi.
5. Lokasi	Pemilihan lokasi aktiviti haruslah: - Bersesuaian dengan jumlah Peserta dan patuh undang-undang lokasi (permit, <i>carrying capacity</i> dan lain-lain). - Mendapat keizinan/permit bertulis daripada agensi yang terlibat. - Bersesuaian dengan kemampuan/kelayakan Jurulatih. - Kakitangan/staf yang terlibat dalam aktiviti kembara hutan serta mestilah mempunyai pengetahuan tentang navigasi dan lokasi yang dipilih. - Menggunakan <i>Global Positioning System</i> (GPS)/peta dan kompas sekiranya melalui denai yang belum pernah diterokai. - Ia adalah disyorkan bahawa PYD/Jurulatih/Fasilitator dapat memilih lokasi yang disertakan dengan buku panduan kawasan tersebut. - Telah melakukan serba sedikit kajian tentang laluan yang hendak digunakan semasa pendakian. - Kenal pasti laluan kebiasaan haiwan liar bagi mengelakkannya.
6. Keperluan Peribadi	Setiap Peserta hendaklah: - Memakai pakaian yang selesa, tidak terlampau besar dan tidak menyukarkan pergerakan serta bersesuaian mengikut cuaca. - Barang kemas, cincin dan jam tidak dibenarkan semasa aktiviti dilakukan. - Memakai <i>strap</i> jika bercermin mata. - Krim perlindungan matahari. - Menyediakan air minuman yang mencukupi. - Pemakaian haruslah selesa, tidak terlampau besar dan menyukarkan pergerakan dan bersesuaian mengikut cuaca. - Kasut yang sesuai untuk pendakian. - Menyediakan kelengkapan makanan mengikut keperluan aktiviti.

Perkara	Penerangan
7. Peralatan	• PYD/Jurulatih/Fasilitator hendaklah mempunyai pengalaman dan pengetahuan tentang sejarah dan kegunaan tali dan peralatan yang hendak digunakan. • Peralatan mestilah dalam keadaan baik serta dikenal pasti sebagai selamat berdasarkan rekod log keselamatan dan kegunaan peralatan. • Antara peralatan mendaki dan perkhemahan termasuklah: ➢ GPS ➢ Pisau/parang ➢ Tali statik, tali dinamik ➢ Khemah ➢ Mancis/pemetik api
8. Aspek Keselamatan	• Peserta perlu sentiasa berada bersama pasangan ataupun dalam kumpulan pendakian masing-masing bagi memastikan tidak terpisah dan risiko sesat. • Peserta perlulah sentiasa berhati-hati dan berwaspada dengan sebarang bahaya dan risiko sepanjang denai dan di tapak perkhemahan, ini termasuklah kejadian pokok tumbang ataupun kepala air (bagi yang berkhemah berdekatan dengan sungai). • Peserta perlulah memeriksa keselamatan antara satu sama lain termasuklah peralatan yang digunakan untuk aktiviti yang lebih khusus.
9. Etika Aktiviti	• Tidak merosakkan flora dan fauna (menanda/menakik) yang terdapat di lokasi aktiviti. • Memastikan Peserta tidak terkeluar/melebihi had/ sempadan aktiviti. • Tidak mengganggu habitat asal hidupan liar di kawasan aktiviti. • Tidak memberi makanan kepada hidupan liar di sekitar lokasi aktiviti. • Adalah digalakkan jumlah saiz kumpulan itu tidak boleh melebihi 15 orang, untuk mengurangkan kesan alam sekitar.

CONTOH BORANG



Borang A1 SISTEM PENGURUSAN & PENILAIAN RISIKO (RAMS)

Penganjur :		Nama Pegawai Melapor :		Tarikh:	
Aktiviti :				Tarikh Aktiviti	
Sasaran Aktiviti :					
Analisa	Perincian				
RISIKO Kemalangan, kecederaan dan apa-apa kerugian fizikal atau aset yang berkaitan	Manusia		Tarikh Kenalpasti	Tarikh Tindakan	Tindakan
	Peralatan				
	Persekitaran				
FAKTOR-FAKTOR RISIKO Keadaan berbahaya, kerosakkan, kemahiran	Manusia	Peralatan	Persekitaran		

STRATEGI PENGURUSAN RISIKO	Perlaksanaan Biasa/Normal			
	Kecemasan			

RUJUKAN STANDARD KESELAMATAN			
SARANAN POLISI DAN GARIS PANDUAN			
KEMAHIRAN YANG DIPERLUKAN OLEH PEGAWAI/ JURULATIH			
KEPUTUSAN BAGI PERLAKSANAAN AKTIVITI	Sila pilih satu (1) (/)		
	Diluluskan ☐		Tidak diluluskan ☐
	Ulasan :		

UNTUK KEGUNAAN PEJABAT
☐ RAMS telah diperiksa

Name: _____

Tarikh: ____/____/____

☐ Diluluskan / Tidak diluluskan

Tarikh: ____/____/____

☐ Makluman kepada penganjur

Tarikh: ____/____/____

CONTOH BORANG SISTEM PENGURUSAN & PENILAIAN RISIKO (RAMS)

Borang Pengurusan Risiko Ekspedisi Jejak Raja Melewar 2009

Penganjur Kerajaan Negeri Negeri Sembilan Jabatan Belia & Sukan Negeri Sembilan		Nama Pegawai Melapor: Md Amin bin Md Taff		Tarikh: 14.10.2009
Aktiviti : Ekspedisi Berkayak Merentas Selat Melaka dari Pantai Batu 4 Port Dickson ke Pulau Rupert, Indonesia.				Tarikh Aktiviti 18 – 20.10.2009
Sasaran Aktiviti : 1. Berjaya berkayak ke Pulau Rupert dengan selamat 2. Mencatat rekod dalam Buku Rekod Malaysia sebagai peserta teramai berkayak menyeberangi Selat Melaka. 3. Pembentukan integrasi antara negara.				
Analisa	Perincian			
RISIKO Kemalangan, kecederaan dan apa-apa kerugian fizikal atau aset yang berkaitan	Manusia 1. Peserta keletihan – gangguan psikologi & fisiologi 2. Peserta mengalami masalah kesihatan akut sewaktu xpd 3. Peserta mengalami masalah kesihatan kronik sewaktu xpd 4. Peserta mengalami masalah kesihatan akibat kekurangan makanan 5. Pengangkutan peserta simpanan & pegawai teknikal 6. Tiada pegawai urusetia yang mengikuti sepanjang perjalanan xpd	Tarikh Kenalpasti 13.10.2009 18.10.2009 12.10.2009 13.10.2009 14.10.2009 14.10.2009	Tarikh Tindakan 14.10.2009 * * 15.10.2009 14.10.2009 *	Tindakan Jurulatih Doktor Doktor Urusetia Urusetia Urusetia
	Peralatan 7. Kayak terbalik akibat dipukul ombak 8. Kayak tenggelam akibat tiada alat apungan 9. Kayak pecah akibat perlanggaran sesama sendiri 10. Kayak pecah sewaktu pertukaran peserta 11. Peralatan berkayak (paddle, BA) rosak @ tidak cukup 12. Tiada bot penyelamat 13. Tiada bot penunjuk arah 14. Urusan pertukaran peserta, alatan & kawalan keselamatan di Indonesia 15. Komunikasi antara jurulatih, bot dan urusetia ditengah laut	13.10.2009 13.10.2009 13.10.2009 13.10.2009 13.10.2009 14.10.2009 14.10.2009 14.10.2009 14.10.2009	14.10.2009 14.10.2009 13.10.2009 * * * * *	Urusetia Teknikal Jurulatih Teknikal Teknikal Urusetia Urusetia Teknikal Urusetia
	Persekitaran 16. Laut bergelora 17. Ribut petir 18. Cedera akibat serangan binatang laut	13.10.2009 13.10.2009 13.10.2009	15.10.2009 18.10.2009 *	Jabatan Laut Jabatan Laut Doktor
	* = tindakan belum diambil			

		Manusia	Peralatan	Persekitaran
Faktor-faktor risiko Keadaan berbahaya, kerosakkan, kemahiran		1. Kemahiran, peserta kurang kemahiran berkayak. 2. Tahap kecergasan yang rendah. Faktor umur dan tahap kecergasan. 3. Tidak membuat pemeriksaan kesihatan. 4. Kelemahan perancangan makanan bagi xpd. 5. Ketidakesetaraan maklumat antara agensi terbabit. 6. Kekurangan pegawai dari pihak urusetia dan teknikal.	1. Tidak menggunakan kayak yang untuk ekspedisi laut jarak jauh. 2. Pemeriksaan awal kondisi kayak tidak dilakukan. 3. Kurang kemahiran & latihan teknik pertukaran dari kayak ke kayak. 4. Kurang latihan pertukaran peserta dari kayak ke bot. 5. Peralatan simpanan tidak disediakan. 6. Ketidak setaraan maklumat antara jabatan terbabit (Jabatan Laut, Maritim, Bomba). 7. Ketidak setaraan maklumat antara jabatan terbabit (Jabatan Laut, Maritim, Bomba). 8. Ketidak setaraan maklumat antara penganjur Malaysia & Indonesia. 9. Peralatan komunikasi yang sesuai tidak disediakan.	1. Ketidak tentuan cuaca semasa 2. Ketidak tentuan cuaca semasa 3. Binatang laut yang berbisa
STRATEGI PENGURUSAN RISIKO	Perfaksanaan Biasa/ Normal	1. Sesi latihan pusat dari 12 – 16.2009 di Port Dickson. Namun sesi latihan selama 3 hari tidak mencukupi kerana ramai peserta yang kurang kemahiran & kecergasan. 2. Sediakan pasukan kedua, (pasukan pengganti). Bergantung pada bilangan peserta (80 orang). Cadangan hanya 40 orang berdayung & ditukar dari semasa ke semasa. 3. Urusetia, teknikal & jurulatih kenalpasti. Nasihatkan agar tidak berdayung. 4. Berbincang terus dengan pihak penganjur & pembekal makanan tentang keperluan makanan yang disyorkan 5. Mohon urusetia mengatitkan mesyuarat penyelarasan 6. Mohon urusetia (JBS Negeri Sembilan) sediakan pegawai pengiring ekspedisi.	1. Tukar dengan kayak yang sesuai 2. Jurulatih, teknikal & peserta kenalpasti kayak yang rosak 3. Latihan pertukaran sewaktu latihan harian 4. Latihan pertukaran dari kayak ke kapal (tidak dapat dijalankan kerana tiada kapal dapat disediakan sewaktu latihan). 5. Mohon teknikal sediakan peralatan simpanan. 6. Mesyuarat penyelarasan antara jabatan. 7. Mesyuarat penyelarasan antara jabatan. 8. Mesyuarat penyelarasan antara YB Tuan Samad & Bapak Timo. 9. Mohon penganjur sediakan walkie-talkie berserta bekas kalis air.	1. Laporan cuaca terkini dari jabatan meteorologi. 2. Nasihat dan panduan dari Jabatan Laut Negeri Sembilan. 3. Taklimat tentang binatang berbahaya di laut, dan alat bantu mula disediakan dalam kayak jurulatih.
	Kecemasan	1. Pegawai Kesihatan (Doktor) lengkap dengan alat bantu mula dan ubat-ubatan. 2. Doktor perlu mengiringi pasukan ekspedisi dari PD sehingga semua peserta tiba ke Pulau Rupert, Indonesia. Bot Doktor perlu dikenalpasti & dimaklumkan pada semua peserta. 3. Penggunaan radio komunikasi dua hala. 4. Bot penyelamat & pengiring perlu berada bersama pasukan sepanjang masa. 5. Jika rebut kencang, XPDC perlu dihentikan & peserta perlu dipindahkan ke kapal & bot.		

RUJUKAN STANDARD KESELAMATAN	NIOSH Standard Aplikasi Keselamatan Persatuan Kanu Malaysia Jabatan Laut Malaysia Jabatan Maritim Malaysia Jabatan Bomba Malaysia		
SARANAN POLISI DAN GARIS PANDUAN	1. Ratio: 1 jurulatih : 6 – 8 peserta 2. Peralatan berkayak yang sesuai 3. Latihan berterusan & adaptasi suasana ekspedisi 4. Persediaan bot & kapal penyelamat 5. Persediaan Doktor XPDC 6. Makluman kepada semua tentang pelan bertindak kecemasan 7. Penyediaan makanan yang mencukupi untuk semua peserta XPDC 8. Pegawai pengiring JBS Negeri Sembilan yang bertanggungjawab atas perjalanan XPDC		
KEMAHIRAN YANG DIPERLUKAN OLEH PEGAWAI/ JURULATIH	Jurulatih yang berpengalaman dalam XPDC lautan dalam.		
KEPUTUSAN BAGI PERLAKSANAAN AKTIVITI	Sila pilih satu (1) (/)		
	☐ Diluluskan		☐ Tidak diluluskan
	Ulasan:		

UNTUK KEGUNAAN PEJABAT		
☐ RAMS telah diperiksa Name: _____ Tarikh: ____/____/____	☐ Diluluskan / Tidak diluluskan Tarikh: ____/____/____	☐ Makluman kepada penganjur Tarikh: ____/____/____

Jabatan Belia & Sukan Negeri
Sembilan

Borang B1
BORANG AKUAN STATUS KESIHATAN

(**Diisi dan dikembalikan kepada pegawai bertanggungjawab.)

Saya _____ (Nama Penuh), Nombor K/P _____ mengaku tidak mempunyai sebarang penyakit, kecederaan atau cacat anggota seperti yang dikategorikan di bawah ini. Saya juga mengakui segala maklumat yang diberi adalah benar.

Arahan: Sila tandakan (/) di ruangan **ADA** atau Tidak. Jika **ADA** sila nyatakan perincian penyakit, rawatan dan ubat-ubatan di dalam ruangan **CATATAN**.

BAHAGIAN				
A	KENYATAAN	YA	TIDAK	CATATAN
1	Adakah anda sedang menerima rawatan? Jika Ada, sila nyatakan.			
2	Adakah anda pernah dimasukkan ke hospital atas apa-apa penyakit? Jika Ada, sila nyatakan.			
B	PERNAHKAH ANDA MENGHIDAP PENYAKIT-PENYAKIT BERIKUT?	YA	TIDAK	CATATAN
1	Masalah pening, pitam atau pengsan			
2	Sawan atau kelumpuhan			
3	Sakit kepala atau migrain			
4	Gangguan mental atau halusinasi			
5	Kencing manis			
6	Tekanan darah tinggi / tekanan darah rendah			
7	Penyakit jantung			
8	Demam berpanjangan			
9	Asthma, lelah atau semput			
10	Batuk kering			
11	Batuk berterusan lebih dari 2 minggu			
12	Gastrik atau kerap sakit dibahagian perut			
13	Masalah buah pinggang			
14	Angin pasang			
15	Buasir			
16	Pernah menjalani sebarang pembedahan			
17	Pernah mengalami kecederaan anggota badan yang teruk			
18	Kecacatan anggota			
19	Penyakit kurang darah dan mudah berdarah			
20	Adakah anda merokok			
21	Adakah anda meminum arak			
22	Lain-lain penyakit untuk makluman			
C	PEREMPUAN (**Soalan tambahan bagi peserta perempuan)	YA	TIDAK	CATATAN
1	Adakah anda mempunyai sebarang masalah haid			
2	Pernahkah anda dirawat bagi sakit puan			
3	Adakah anda mengandung			

T/Tangan Penama: _____

Tarikh: _____

Borang C1
BORANG AKUAN LEPAS TANGGUNG PELAJAR / PESERTA

(**Diisi dan dikembalikan kepada pegawai bertanggungjawab)

PROGRAM :

TARIKH :

Bahawasanya, saya _____

No. Kad Pengenalan _____ dari _____ (nama institusi)

bersetuju untuk mengikuti program _____
secara sukarela.

DENGAN INI, bagi pihak diri saya, waris saya, wakil, pendaftar atau wakil-wakil lain di sisi undang-undang atau mana-mana satu daripada mereka, menolak segala tuntutan dan tindakan terhadap apa-apa kecederaan kepada badan atau hilang upaya atau mati atau apa jenis kerosakan sama ada kepada diri atau kepada harta saya, yang mungkin saya hadapi atau alami semasa tempoh saya mengikuti program yang dinyatakan (di atas).

SAYA FAHAM DAN BERSETUJU, melepaskan tanggungjawab dan tanggungan penganjur, institusi atau mana-mana kumpulan atau individu berkaitan ke atas kecederaan kepada badan atau hilang upaya atau mati atau apa jenis kerosakan sama ada kepada diri atau kepada harta saya.

DITANDATANGANI OLEH YANG TERSEBUT NAMANYA DI ATAS,

NAMA :
NO. KAD PENGENALAN :

TARIKH (*pada hari tandatangan*) :

DI HADAPAN,

NAMA SAKSI :
NO. KAD PENGENALAN :

TARIKH (*pada hari tandatangan*) :

Borang D1

BORANG LAPORAN HAMPIR BERLAKU (*NEAR MISS*) KEMALANGAN

Borang ini hendaklah dilengkapkan setiap kali *Near Miss* berlaku - iaitu insiden TANPA kecederaan kepada seseorang atau kerosakan kepada harta.

Jika berlaku insiden/kemalangan gunakan Borang D2-**Borang Laporan Kemalangan**.

BORANG LAPORAN <i>NEAR MISS</i>		
1.	Tarikh Kejadian:	Masa Kejadian:
2.	Lokasi Kejadian:	
3.	Individu yang Terlibat: ☐ Peserta ☐ PYD/Jurulatih/Fasilitator/Kontraktor ☐ Pelawat	
4.	Nama Individu yang Terlibat:	
5.	Maklumat Saksi Kejadian:	
6.	Penjelasan tentang Insiden <i>Near Miss</i> (jelaskan secara terperinci):	
7.	Langkah-Langkah Pencegahan daripada Berulang:	
8.	Nama Pelapor:	Tarikh:

Borang D2 BORANG LAPORAN KEMALANGAN

(**Diisi jika berlaku kemalangan)

PROGRAM :

TARIKH :

BAHAGIAN A (MAKLUMAT MANGSA)				
NAMA PENUH				
NO. KAD PENGENALAN				
ALAMAT				
TAHAP KECEDERAAN	CEDERA RINGAN	CEDERA SEDERHANA	CEDERA PARAH	MENINGGAL DUNIA
KEMALANGAN/KECEDERAAN DAN TINDAKAN YANG TELAH DI AMBIL KE ATAS MANGSA	KECEDERAAN		TINDAKAN	

***Jika mangsa lebih dari seorang sila gunakan **Borang D2**.*

BAHAGIAN B (MAKLUMAT KEMALANGAN)		
JENIS KEMALANGAN		
LOKASI		
WAKTU		
PUNCA KEMALANGAN/ KECEDERAAN	PUNCA	TINDAKAN / PENAMBAHBAIKKAN

Borang D3
BORANG LAPORAN KEMALANGAN (Mangsa lebih dari seorang)

(**Diisi jika berlaku kemalangan)

 NAMA PELAPOR :
 PROGRAM :
 TARIKH :

SKOR KESELURUHAN PROGAM

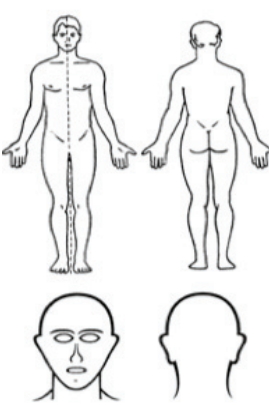
Program mencapai tahap keselamatan dan konsisten	101-150
Program mencapai tahap keselamatan dan perlu diperbaiki	51-100
Program tidak mencapai tahap keselamatan	1-50

BAHAGIAN A (MAKLUMAT MANGSA)				
NAMA PENUH				
NO. K/PENGENALAN				
TAHAP KECEDERAAN	CEDERA RINGAN	CEDERA SEDERHANA	CEDERA PARAH	MENINGGAL DUNIA
JENIS KECEDERAAN (NYATAKAN)				
NAMA PENUH				
NO. K/PENGENALAN				
TAHAP KECEDERAAN	CEDERA RINGAN	CEDERA SEDERHANA	CEDERA PARAH	MENINGGAL DUNIA
JENIS KECEDERAAN (NYATAKAN)				
NAMA PENUH				
NO. K/PENGENALAN				
TAHAP KECEDERAAN	CEDERA RINGAN	CEDERA SEDERHANA	CEDERA PARAH	MENINGGAL DUNIA
JENIS KECEDERAAN (NYATAKAN)				
NAMA PENUH				
NO. K/PENGENALAN				
TAHAP KECEDERAAN	CEDERA RINGAN	CEDERA SEDERHANA	CEDERA PARAH	MENINGGAL DUNIA
JENIS KECEDERAAN (NYATAKAN)				
NAMA PENUH				
NO. K/PENGENALAN				
TAHAP KECEDERAAN	CEDERA RINGAN	CEDERA SEDERHANA	CEDERA PARAH	MENINGGAL DUNIA
JENIS KECEDERAAN (NYATAKAN)				
KEMALANGAN/KECEDERAAN DAN TINDAKAN YANG TELAH DI AMBIL KE ATAS MANGSA-MANGSA	TINDAKAN			

BAHAGIAN B (MAKLUMAT KEMALANGAN)	
JENIS KEMALANGAN	
LOKASI	
WAKTU	
PUNCA KEMALANGAN/ KECEDERAAN	

Borang D4 BORANG MAKLUMAT KECEDERAAN

****Diisi oleh Pegawai Perubatan/ Pegawai yang bertugas**

Tarikh		Pegawai Bertugas:		Waktu Mula		Waktu Tamat	
Nama Pesakit				Jantina	L	M	Tarikh Lahir
Alamat				Poskod		Tel:	
Jenis Alahan:				Ubatan:			
Sejarah alahan: (Sakit apa/ Di mana / Bila/ Bagaimana)							
Sejarah Sakit (/)	Tidak Tahu		Diabetis		Tekanan Darah Tinggi		Lain-lain sakit: (Nyatakan)
Lain-lain sakit: (Nyatakan)	Tiada		Asma		Kerap Pitam		
	Masalah Jantung		Sawan		Batuk Kering		
Masa	Pernafasan	Kadar Nadi	Tahap Sedar	Skala Sakit (1-5)	Tekanan Darah	Lain-lain Pemerhatian:	
Nota: Tandakan kawasan sakit dengan menggunakan kod yang diberi.							
A	Luka melecet						
B	Pendarahan						
C	Melecur						
D	Luka Calar						
E	Kecacatan						
F	Kepatahan						
G	Kulit koyak						
H	Rasa sakit						
I	Bengkak						
J	Sakit bila ditekan						
Nama Waris (Jika berkaitan bagi kebenaran rawatan)				T/Tangan:		Tindakan Susulan (/)	
Pengesahan Pegawai Perubatan		Nama:				Hospital/Klinik	
Pengesahan Pegawai		Nama:				Ditahan Wad	
						Kembali ke program	

Borang E1

BORANG PENILAIAN PROGRAM

Nota: Soalan-soalan adalah berdasarkan Risk Management Analysis System.

Diisi oleh peserta selepas program dijalankan. Sila bulatkan (O) skor penilaian anda.

Penilaian SILA BULATKAN SKOR PENILAIN ANDA	
Sangat Tidak Bersetuju	1
Tidak Bersetuju	2
Memuaskan	3
Bersetuju	4
Sangat Bersetuju	5

Bil.	Kenyataan	Skala				
1	Program dirancang dengan baik dan teliti	1	2	3	4	5
2	Pemilihan tarikh program adalah tepat	1	2	3	4	5
3	Pemilihan lokasi program adalah bersesuaian	1	2	3	4	5
4	Jadual program bagi program ini adalah sistematik dan terancang	1	2	3	4	5
5	Program yang disediakan adalah bersesuaian dengan tahap kemahiran peserta	1	2	3	4	5
6	Jumlah peserta dan jurulatih/ fasilitator/ instruktur adalah bersesuaian	1	2	3	4	5
7	Jurulatih/ fasilitator/ instruktur menjalankan tugas mereka dengan baik	1	2	3	4	5
8	Jurulatih/ fasilitator/ instruktur berjaya mengawal keadaan dan peserta	1	2	3	4	5
9	Jurulatih/ fasilitator/ instruktur menerangkan risiko/bahaya yang ada dengan jelas	1	2	3	4	5
10	Jurulatih/ fasilitator/ instruktur menerangkan kemahiran program dengan jelas	1	2	3	4	5
11	Jurulatih/ fasilitator/ instruktur menerangkan teknikal peralatan dengan jelas	1	2	3	4	5
12	Jurulatih/ fasilitator/ instruktur adalah berkeelayakkan dan diiktiraf (certified)	1	2	3	4	5
13	Persekitaran bagi program adalah selamat	1	2	3	4	5
14	Persekitaran bagi program telah dinilai risiko yang ada	1	2	3	4	5
15	Peralatan yang digunakan adalah selamat	1	2	3	4	5
16	Peralatan disimpan dan diselenggara dengan baik	1	2	3	4	5
17	Peralatan yang diperiksa sebelum digunakan	1	2	3	4	5
18	Peralatan digunakan dengan cara yang betul	1	2	3	4	5
19	Program ini adalah selamat	1	2	3	4	5
20	Program ini diselia dan dipantau oleh jurulatih/ fasilitator/ instruktur	1	2	3	4	5
21	Peserta ditekankan mengenai risiko kecederaan yang boleh berlaku	1	2	3	4	5
22	Peserta diberitahu cara yang selamat bagi menjalankan program	1	2	3	4	5
23	Penganjur menyediakan pelan kecemasan (Emergency Response Plan)	1	2	3	4	5
24	Penganjur menyediakan prosedur kecemasan seperti bantu mula (1 st Aider)	1	2	3	4	5
25	Penganjur menyediakan ubat-ubatan asas bagi kecederaan atau sakit biasa	1	2	3	4	5
26	Pegawai perubatan berkeelayakkan berada di dalam program	1	2	3	4	5
27	Peserta diberitahu tindakan yang perlu diambil, jika berlaku situasi-situasi kecemasan	1	2	3	4	5
28	Program mendapat kebenaran/ dimaklumkan kepada agensi yang berkaitan	1	2	3	4	5
29	Program mendapat kerjasama atau dipantau oleh agensi berkaitan	1	2	3	4	5
30	Program ini adalah selamat secara keseluruhannya	1	2	3	4	5
Jumlah						
Jumlah Keseluruhan						

BORANG LAPORAN PROGRAM HARIAN

BAHAGIAN A (PELAPOR)		
PROGRAM		
NAMA PENUH		
JAWATAN DALAM PROGRAM		
TARIKH	JUMLAH PESERTA	JUMLAH INSTRUKTOR/ FASILITATOR
LAPORAN KESELURUHAN PERLAKSANAAN PROGRAM HARIAN (**Contoh: Cuaca / Persekitaran/ Peralatan/ Masa/ Peserta dan masalah-masalah lain yang berkaitan)		
PROGRAM PAGI	PROGRAM PETANG	PROGRAM MALAM
		Disahkan/ Disemak oleh, Pegawai/ Pensyarah Tarikh:
..... Tandatangan Ketua Jurulatih Tarikh:		

BIBLIOGRAFI



- Bunting, C. J. (2006). *Interdisciplinary teaching through outdoor education*. Human Kinetics. Retrieved from https://books.google.com.my/books?id=_rIMfoFarpoC&pg=PA58&dq=accident+in+outdoor+education&hl=en&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=accident in outdoor education&f=false
- Dewan Undangan. *Laws of Sarawak* (2015). Retrieved from http://lawnet.sarawak.gov.my/lawnet_file/Ordinance/ORD_Watermark.pdf
- Haddock, C. (1993). *Managing risks in outdoor activities*. Wellington : NZ Mountain Safety Council Inc.
- Mazuki, M. Y., Md Amin, M. T., Benderi, D., & Jaffry, Z. (2012). *Siri manual fizikal PLKN: Manual pengurusan risiko*. Tanjong Malim: Universiti Pendidikan Sultan Idris.
- Md Amin, M. T. (Eds. (2014). *Manual Rekreasi Luar Kebangsaan*. Kuala Lumpur: Penerbit Utusan.
- New Zealand Ministry of Education. (2016). *EOTC Guidelines 2016: Bringing the curriculum alive*. Retrieved from file:///C:/Users/upsi/Downloads/EOTC Guidelines 2016- Bringing the curriculum alive.pdf.

LAMPIRAN



LAMPIRAN 1 - PETIKAN AKTA

AKTA PERHUTANAN NEGARA MALAYSIA

SEMANANJUNG MALAYSIA- AKTA PERHUTANAN NEGARA 1984		
SEKSYEN	SUBSEKSYEN	PENERANGAN SEKSYEN
47.	(1)	Tiada seorang pun boleh memasuki mana-mana hutan tertutup kecuali: (a) <i>seseorang pemegang lesen, pengkhidmat atau ejennya, tetapi hanya bagi maksud menjalankan hak yang diberi oleh lesen itu;</i> (b) <i>seseorang pegawai hutan atau seseorang yang diberi kuasa oleh mana-mana undang-undang bertulis lain, tetapi hanya bagi maksud menjalankan fungsi yang mana dia dilantik atau diberi kuasa;</i> (c) <i>seseorang yang memegang permit memasuki hutan simpanan kekal, tetapi hanya bagi tempoh yang disebut di dalam permit itu;</i> (d) <i>seseorang pemegang permit penggunaan, pengkhidmat dan ejennya, tetapi hanya bagi maksud menjalankan hak yang diberi oleh permit penggunaan itu; dan</i> (e) <i>mana-mana orang lain yang dibenarkan secara bertulis oleh Pengarah tetapi hanya bagi maksud yang dibenarkan itu.</i>
	(2)	Sesuatu permit masuk hanya boleh dikeluarkan oleh Pengarah atau oleh seseorang pegawai hutan yang diberi kuasa oleh Pengarah untuk mengeluarkannya.
	(3)	Tiap-tiap permit masuk hendaklah seperti dalam Borang 6.
	(4)	Mana-mana orang yang melanggar sub seksyen (1) adalah melakukan suatu kesalahan dan apabila disabitkan boleh dikenakan denda tidak melebihi lima ratus ringgit atau penjara selama tempoh tidak melebihi tiga bulan atau kedua-duanya denda dan penjara.
SABAH-ENAKMEN HUTAN SABAH 1968		
SEKSYEN	SUBSEKSYEN	PENERANGAN SEKSYEN
ENAKMEN HUTAN SABAH 1968		Kawalan ke atas pencerobohan, pembalakan, pemburuan dan penempatan haram serta aktiviti-aktiviti lain yang tidak dibenarkan di kawasan-kawasan yang diuruskan di dalam kawasan hutan negeri Sabah oleh Pengurus Hutan.
SARAWAK – ORDINAN HUTAN SARAWAK 1954 (BAB 126)		
21, 36, 77-80, 85, 90, 90A DAN 92A.		Kawalan ke atas pencerobohan, pembalakan, pemburuan dan penempatan haram serta aktiviti-aktiviti lain yang tidak dibenarkan di kawasan-kawasan yang diuruskan di dalam kawasan hutan negeri Sabah oleh Pengurus Hutan.

(Jad. 1, Borang 6)

PERHUTANAN NEGARA
AKTA PERHUTANAN NEGARA 1984

77

BORANG 6
[Seksyen 47 (3)]

PERMIT MASUK NO

PERMIT MEMASUKI HUTAN SIMPANAN KEKAL

*Encik/Syarikat
(K.P.P.N. No.....) dan perkhidmat serta ejennya yang
dinamakan berikut ini.....

.....
adalah dibenarkan memasuki mana-mana bahagian Hutan Simpanan
Kekal
yang ditunjukkan dengan warna merah dalam pelan di bahagian
belakang permit ini bagi maksud yang berikut:

.....
dan dengan tertakluk kepada syarat berikut:

.....
Permit ini adalah sah dari
hingga
Fi RM
Resit No
Tarikh
Rujukan No

.....

Pegawai Hutan diberi kuasa

Negeri

LAMPIRAN 2 – PETIKAN AKTA

KEPERLUAN PEMATUHAN PERUNDANGAN YANG BERKUATKUASA YANG BERKAITAN DENGAN AKTIVITI DI DALAM KAWASAN PERLINDUNGAN HIDUPAN LIAR DAN TAMAN NEGARA DI BAWAH PENGURUSAN JABATAN PERHILITAN

BIL.	NAMA KAWASAN	PERUNDANGAN	KEPERLUAN PERMIT	PERATURAN LAIN
1.	Taman Negara Pahang - Kuala Tahan - Sungai Relau, Merapoh	Enakmen Taman Negara Pahang 1939 & pindaan 1990	i. Permit masuk RM 1.00 ii. Lesen memancing RM 10.00 iii. Lesen kamera RM 5.00	Mendaki Gunung Tahan: - Bilangan pendaki 12 orang / pemandu pelancong - Had pendaki : 48 pendaki sehari
2.	Taman Negara Kelantan Kuala Koh	Enakmen Taman Negara Kelantan 1938	i. Permit masuk RM 1.00 ii. Lesen memancing RM 10.00 iii. Lesen kamera RM 5.00	
3.	Taman Negara Terengganu Tanjung Mentong	Enakmen Taman Negara Terengganu 1939	i. Permit masuk RM 1.00 ii. Lesen memancing RM 10.00 iii. Lesen kamera RM 5.00	
4.	Taman Negara Pulau Pinang	Akta Taman Negara 1980 [Akta 226]	i. Permit Masuk RM 0	
5.	Tapak RAMSAR Tasek Bera	Akta Perhutanan Negara 1984 [Akta 313]	i. Daftar di Kaunter	
6.	Paya Indah Wetland	Akta Kanun Tanah Negara 1965 [Akta 56]	i. Daftar di Kaunter	
7.	Pusat Konservasi Gajah Kebangsaan	Akta Pemuliharaan Hidupan Liar 2010 [Akta 716]	i. Daftar di kaunter	

SENARAI KESALAHAN UMUM

BIL.	JENIS KESALAHAN	HUKUMAN
1.	Memasuki Taman Negara tanpa Permit	Enakmen Taman Negara: Denda tidak melebihi RM 500.00
2.	Memasuki rizab hidupan liar dan kawasan perlindungan hidupan liar tanpa permit/kebenaran	Seksyen 48 [Akta 716]: Denda tidak melebihi RM10,000.00 atau penjara tidak lebih 1 tahun atau kedua-duanya
3.	Mengalih, menebang, memusnah apa-apa pokok atau tumbuhan dalam Taman Negara	Enakmen Taman Negara: Denda tidak melebihi RM 500.00
4.	Mengganggu, memotong, mengalih atau mengambil apa-apa tanih, kayu atau tumbuh-tumbuhan dalam rizab hidupan liar dan kawasan perlindungan hidupan liar	Seksyen 48 [Akta 716]: Denda tidak melebihi RM10,000.00 atau penjara tidak lebih 1 tahun atau kedua-duanya
5.	Memburu, menangkap atau membunuh hidupan liar	Hidupan Liar yang dilindungi Seksyen 60 [Akta 716]: Denda tidak melebihi RM 50,000.00 atau penjara tidak lebih 2 tahun atau kedua-duanya. Hidupan Liar yang dilindungi sepenuhnya Seksyen 68 [Akta 716]: Denda tidak melebihi RM1000,000.00 atau penjara tidak lebih 3 tahun atau kedua-duanya.

LAMPIRAN 3

TIPS PENGANJURAN PROGRAM REKREASI LUAR

BIL	PERKARA	PENERANGAN
1.	MESTI ADA	i. Perubatan • Peralatan kecemasan, pegawai pakar ii. Peralatan • Peralatan khas untuk program seperti peti kecemasan • Peralatan umum untuk program seperti lampu suluh, wisel dan <i>head lamp</i> iii. Surat Kesihatan • Status kesihatan peserta program iv. Borang-Borang • RAMS, Lepas Tanggung, Laporan Kemalangan, Maklumat Kecemasan v. Permit • Kebenaran untuk mengadakan tinjauan bagi melaksanakan program • Kebenaran melaksanakan program
2.	BAGUS UNTUK DIMILIKI	i. Maklumbalas pada polis, ranjer hutan, pemilik tempat mengenai program berkenaan dengan pelaksanaan program. ii. Penilaian program. iii. Lokasi yang lengkap dengan kemudahan asas dan kebolehsampaian dengan bantuan jika berlaku kecemasan. iv. Nasihat dan dari pakar dan juga penduduk tempatan.
3.	SANGAT BAIK JIKA ADA	i. Sijil Penghargaan ii. Cenderahati iii. Surat Penghargaan

LAMPIRAN 4

PANDUAN SKALA KETERUKAN INSIDEN/KEMALANGAN

Urutan Keterukan	Kesan Pada Penglibatan Peserta	Jenis Kecederaan	Jenis Penyakit
1	Minor Kesan jangka pendek kepada individu yang tidak memberikan impak dalam penglibatan aktiviti.	Gigitan dan sengatan serangga.	Kerengsaan kecil
2		Kesan selaran matahari (<i>sunburn</i>), lebam dan luka kecil	Jangkitan kecil, alergi ringan
3		Melecur/melepuh, terseliuh kecil, terkehel kecil, tekanan haba (<i>heat stress</i>)	Asma ringan, sakit perut, kejang otot.
4	Medium Kesan sederhana kepada individu yang menyebabkan tidak boleh terlibat selama sehari atau dua hari dalam program.	Luka besar, anggota badan beku, kesan terbakar, gegaran pada otak, hypo/hypertemia sederhana	Selsema ringan, migrain
5		Patah minor, terseliuh, cedera otot	Selsema, cirit-birit, muntah-muntah
6	Major Kesan utama	Bermalam di hospital melebihi 12 jam (contoh; terseliuh sendi, frosbite, pembedahan, kesukaran bernafas, hyper/hypotermia)	Bermalam di hospital melebihi 12 jam (contoh; asma yang teruk, jangkitan kuman yang teruk)
7		Bermalam di hospital melebihi 12 jam (contoh; luka pada arteri, hyper/hypotermia yang teruk, pengsan)	Bermalam di hospital melebihi 12 jam (contoh; jangkitan, penyakit yang menyebabkan hilang kesedaran, rawatan kecemasan yang serius)
8	Mengubah Kehidupan	Kecederaan yang utama dan teruk memerlukan bermalam di hospital (contoh; masalah saraf, kecederaan otak)	Kecederaan yang utama dan teruk memerlukan bermalam di hospital (contoh; serangan jantung, strok)
9		Kematian (1 sahaja)	Kematian (1 sahaja)
10		Kematian (melebihi 2)	Kematian (melebihi 2)

LAMPIRAN 5

SOALAN LAZIM (FAQ) SOP KESELAMATAN PENGENDALIAN PROGRAM REKREASI LUAR

1. Apakah itu SOP?

SOP adalah urutan langkah-langkah terperinci yang menjelaskan tentang proses keselamatan yang perlu dipatuhi dalam perancangan dan pelaksanaan program rekreasi luar.

2. Mengapakah SOP perlu diikuti/dipatuhi?

Ia perlu bagi menjadi panduan kepada pengendali program rekreasi luar untuk mengendalikan programnya dengan lebih kemas dan teratur serta menepati standard yang ditentukan. Selain itu, SOP ini bertujuan meminimalkan risiko kemalangan dengan mengamalkan pelaksanaan aktiviti yang terancang mengikut standard keselamatan.

3. Siapa yang harus menggunakan SOP ini?

Pengguna SOP ini adalah semua pihak yang berhasrat untuk melaksanakan program rekreasi luar terutamanya institusi di bawah KPT.

4. Siapakah yang terlibat dan berkepentingan dalam memastikan SOP diikuti dengan baik?

Banyak pihak akan terlibat dalam melaksanakan sesuatu program. Antaranya ialah:

- KPT
- Institusi penganjur
- Peserta dan waris
- Agensi penguatkuasa dan keselamatan
- NGO

5. Apakah kelebihan menggunakan SOP ini?

SOP ini akan memudahkan pengendali program rekreasi luar melaksanakan proses pengurusan program dengan lebih teratur dan mengikut standard kebangsaan.

6. Bagaimanakah ianya digunakan?

SOP ini dijadikan garis panduan dan rujukan atau senarai semak bagi penganjuran program rekreasi luar.

7. Apakah kandungan SOP rekreasi luar kelas ini?

SOP ini merangkumi proses perancangan dan pelaksanaan sesuatu program atau aktiviti pada fasa sebelum, semasa dan selepas pengendalian program. Penekanan maklumat utama adalah mengenai peraturan (polisi dan amalan), maklumat dan fakta lengkap, rekabentuk dan langkah-langkah bagi mengendalikan program dengan lebih baik dan meminimalkan risiko.

8. Apakah penekanan utama bagi fasa *sebelum* melaksanakan sesuatu program?

Beberapa perkara perlu diberi perhatian sebelum sesuatu program dapat dilaksanakan. Antaranya adalah seperti yang berikut:

- a. Kertas cadangan program/aktiviti untuk kelulusan.
- b. Data dan maklumat lengkap semua ahli program.
- c. Tinjauan dan pemilihan lokasi program.
- d. Keperluan peralatan dan keselamatan.
- e. Dokumen/surat berkaitan: kebenaran KPT atau institusi untuk melaksanakan program, permit lokasi program, perlepasan tanggungjawab, pengesahan kesihatan, senarai semak RAMS.
- f. Penglibatan agensi dari segi bantuan dan sokongan tambahan.
- g. Lain-lain yang bersesuaian.

9. Apakah perkara-perkara yang perlu diberi perhatian *semasa* melaksanakan sesuatu program?

Penganjur program perlulah memberi penekanan kepada keselamatan semua yang terlibat dalam program.

- a. Kemudahsampaian ke lokasi atau tempat program berlangsung.
- b. Memantau keadaan cuaca dan persekitaran lokasi atau tempat program berlangsung.
- c. Memantau tahap kesihatan semua yang terlibat dengan program pada setiap masa.
- d. Membuat rutin inventori dan pemantauan secara berkala (manusia, peralatan dan kemudahan dan persekitaran).
- e. Pelan tindakan jika berlaku sesuatu kejadian atau kemalangan atau yang petanda yang melibatkan bantuan atau khidmat nasihat daripada pihak atau agensi bersesuaian.

10. Apakah perkara-perkara yang perlu diberi perhatian *selepas* melaksanakan sesuatu program?

Penganjur program perlulah memberi perhatian kepada perkara seperti berikut:

- a. Persekitaran tapak program dikemaskan selepas program berakhir.
- b. Keadaan JERIS semua yang terlibat dengan program diberi perhatian.
- c. Menghubungi pihak berkuasa tempatan atau agensi berkaitan bagi memaklumkan program tamat atau sudah berakhir.
- d. Membuat surat maklum balas atau nota penghargaan kepada semua yang terlibat.

11. Adakah SOP ini menjamin bahawa kemalangan dapat dihindarkan?

- a. SOP ini bukanlah jaminan bahawa kemalangan tidak akan berlaku atau dapat dielakkan.
- b. Ianya disediakan sebagai panduan bagi mengurangkan risiko dengan membuat analisis yang terperinci terhadap sistem pengurusan dan pengoperasian, alatan dan manusia serta persekitaran.
- c. Walau bagaimanapun masih terdapat kemungkinan bahawa risiko atau insiden boleh berlaku kerana aktiviti rekreasi luar sememangnya terdedah dengan pelbagai kemungkinan yang tidak dijangka.
- d. Matlamat utama SOP ini ialah supaya elemen kemalangan dapat diminimakan sekaligus mewujudkan suasana program rekreasi luar yang selamat, sistematik dan seronok (3S).

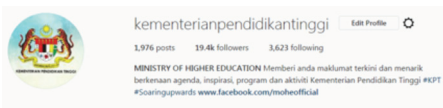
12. Sekiranya berlaku sesuatu kejadian/bencana, apakah yang perlu saya lakukan?

Berikut adalah perkara yang boleh dilakukan bagi menghadapi situasi tersebut:-

- a. Cubalah bertenang, jangan panik.
- b. Lakukan langkah awal bantuan jika anda mempunyai kebolehan.
- c. Dapatkan bantuan mereka yang mahir bersama anda seperti Jurulatih atau Fasilitator.
- d. Hubungi pihak berkuasa atau agensi keselamatan yang berkaitan untuk mendapat bantuan sekiranya perlu.

LAMPIRAN 6

SENARAI SOSIAL MEDIA KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI

Bil	URL	
Facebook	@moheofficial	
Twitter	@MoheOfficial	
Instagram	Kementerianpendidikanntinggi	
Youtube	Kementerian Pendidikan Tinggi KPT/MOHE	

PANEL PENULIS



1. Prof. Madya Dr. Md Amin Md Taff
Timbalan Naib Canselor HEPA,
Universiti Pendidikan Sultan Idris.
2. Dr. Mazuki bin Mohd Yasim
Pensyarah Kanan,
Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan,
Universiti Pendidikan Sultan Idris.
3. Prof. Madya Dr. Sopian bin Bujang
Pengarah,
Bahagian Pembangunan Mahasiswa,
Kementerian Pendidikan Tinggi.
4. Dr. Benderi bin Dasril
Pensyarah Kanan,
Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan,
Universiti Pendidikan Sultan Idris.
5. Dr. Jaffry bin Zakaria
Pensyarah Kanan,
Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan,
Universiti Pendidikan Sultan Idris.
6. Prof. Madya Dr. Azlizam bin Aziz
Pensyarah Kanan,
Fakulti Perhutanan,
Universiti Putra Malaysia.
7. Dr. Mohd Hafizal bin Ismail
Pensyarah Kanan,
Fakulti Perhutanan,
Universiti Putra Malaysia.
8. Dr. Sazali bin Johari
Pensyarah Kanan,
Fakulti Perhutanan,
Universiti Putra Malaysia.
9. En. Sam Shor Nahar Yaakob
Pensyarah Kanan,
Fakulti Perhutanan,
Universiti Putra Malaysia.
10. Dr. Chee Chen Soon
Pensyarah Kanan,
Fakulti Pengajian Pendidikan,
Universiti Putra Malaysia.

11. Prof. Madya Dr. Mohd Taib Harun
Pensyarah Kanan,
Fakulti Pendidikan,
Universiti Kebangsaan Malaysia.
12. Prof. Madya Dr. Norlena Salamuddin
Pensyarah Kanan,
Fakulti Pendidikan,
Universiti Kebangsaan Malaysia.
13. En. Hisyam bin Che Mat
Pensyarah Kanan,
Fakulti Sains Sukan dan Rekreasi,
Universiti Teknologi MARA.
14. En. Mohd Shariman bin Shafie
Pensyarah,
Fakulti Sains Sukan dan Rekreasi,
Universiti Teknologi MARA.
15. En. Mustakim bin Hashim
Pensyarah,
Fakulti Sains Sukan dan Rekreasi,
Universiti Teknologi MARA.
16. En. Wan Mohd Adib bin Wan Mohd Yusoh
Ketua Penolong Pengarah,
Bahagian Penguatkuasaan,
Jabatan Perhilitan Semenanjung Malaysia.
17. En. Helmy Tariq bin Othman
Ketua Seksyen,
Bahagian Forest Eco-Park dan Hutan Taman Negeri,
Ibu Pejabat Jabatan Perhutanan Semenanjung Malaysia.
18. Tn. Hj. Wan Mohd Nasir bin Wan Abd Rahman
Pengarah Bahagian Pelajar,
Jabatan Pendidikan Kolej Komuniti.
19. En. Mohamad Afizan bin Ali
Penolong Pengarah Kanan
Bahagian Pembangunan Pelajar,
Jabatan Pendidikan Kolej Komuniti.
20. En. Azad Muslim bin Muhammad
Pegawai Khas,
Pejabat Ketua Pengarah
Jabatan Pendidikan Politeknik.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI

**SOARING
UPWARDS**

MALAYSIAN HIGHER EDUCATION

KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI

**No 2 Menara 2, Jalan P5 / 6, Presint 5,
62200 Wilayah Persekutuan, Putrajaya**

PROSEDUR OPERASI STANDARD

REKREASI LUAR PELAJAR

Institusi Pendidikan Tinggi



ISBN 978-967-0888-42-2



9 789670 888422 >