

Sokongan kesihatan mental di peringkat keluarga, sekolah dan komuniti diperkukuh

By **editor02** August 29, 2026



KOTA KINABALU: Kerajaan negeri komited memperkukuh sokongan kesihatan mental khususnya di peringkat keluarga, sekolah dan komuniti bagi menangani peningkatan isu kesihatan mental dalam kalangan masyarakat.

Menteri Wanita, Kesihatan dan Kesejahteraan Rakyat Sabah, Datuk Julita Majungki berkata, Sabah berdepan beberapa cabaran kependudukan yang memerlukan perhatian bersama, termasuk isu kesihatan mental dan penuaan penduduk.

Katanya, berdasarkan dapatan National Health and Morbidity Survey (NHMS), prevalens kemurungan dalam kalangan remaja di Malaysia meningkat daripada 17.7 peratus pada 2012 kepada 26.9 peratus pada 2022.

“Peratus remaja yang melaporkan berasa kesunyian turut meningkat daripada 8.1 peratus kepada 16.2 peratus dalam tempoh yang sama.



“Perkembangan ini menunjukkan kita perlu memperkukuh sokongan kesihatan mental di peringkat keluarga, sekolah dan komuniti,” katanya.

Beliau berkata demikian ketika berucap merasmikan Seminar Kependudukan Peringkat Negeri Sabah sempena Sambutan Hari Penduduk Sedunia 2026 di Dewan Rafflesia, Politeknik Kota Kinabalu, di sini, semalam.

Julita berkata, dalam usaha memperkukuh sokongan kesihatan mental, Pasukan Perkhidmatan Sokongan Kesihatan Mental dan Psikososial (MHPSS) diperkasa bagi menyediakan rawatan kepada individu yang mengalami kecelaruan mental selain khidmat kaunseling.

Katanya, program saringan kesihatan mental dan fizikal turut diselaraskan di peringkat sekolah dan komuniti, termasuk menerusi kempen kesedaran, saringan di kawasan luar bandar serta Program Sabah Sihat.

“Usaha ini bertujuan mendekatkan khidmat psikologi kepada rakyat, khususnya mereka yang memerlukan sokongan.

“Usaha ini juga terus diperkasa melalui kerjasama strategik dengan Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) menerusi Program Jelajah Agenda Nasional Malaysia Sihat-Sabah Maju Jaya (ANMS-SMJ), yang bertujuan mempromosi kesihatan dan kesejahteraan serta membudayakan gaya hidup sihat dalam kalangan rakyat,” katanya.

Dalam pada itu, Julita berkata, Sabah turut berdepan fenomena penuaan penduduk yang memerlukan perancangan rapi dan menyeluruh bagi memastikan kebajikan golongan berusia terus terpelihara.

“Peralihan demografi memerlukan sistem sokongan yang mesra usia, termasuk penjagaan kesihatan, persekitaran komuniti dan sokongan keluarga yang mampan,” katanya.

Menurutnya, kerajaan negeri turut memberi perhatian terhadap pengukuhan institusi keluarga serta kesejahteraan rakyat menerusi Hala Tuju Sabah Maju Jaya (SMJ) 2.0, khususnya di bawah pamacu Modal Insan dan Kesejahteraan Rakyat.

Katanya, SMJ 2.0 memberi perhatian kepada aspek akses kesihatan, pembangunan sosial dan kesejahteraan rakyat secara inklusif.

“Pendekatan ini penting bagi memastikan aspek kesihatan mental, sokongan keluarga dan keperluan masyarakat di seluruh Sabah diberi perhatian.

“Institusi keluarga juga penting dalam membentuk keperibadian anak-anak kerana dalam era digital, media sosial dan kecerdasan buatan (AI), ibu bapa berdepan cabaran yang semakin kompleks.

“Oleh itu, sokongan seperti bimbingan keibubapaan dan sokongan psikososial perlu terus diperkukuh,” katanya.

Beliau turut menyeru semua pihak supaya sentiasa mendengar suara anak muda, mengurangkan stigma terhadap kesihatan mental serta membina persekitaran yang menyokong sesiapa sahaja yang memerlukan bantuan.

Katanya, usaha berkenaan penting dalam membentuk keluarga yang stabil, adil dan penuh harapan, sekali gus mewujudkan komuniti yang lebih prihatin terhadap kesejahteraan mental.

Terdahulu, seminar berkenaan turut diisi dengan Forum Kependudukan bertajuk “Kesihatan Mental: Dari Stigma ke Sokongan – Mengintegrasikan Sistem Sokongan Komuniti”.

Forum itu menampilkan Pensyarah dan Ketua Editor Jurnal Psikologi Southeast Asia, Fakulti Psikologi dan Kerja Sosial (FPKS) Universiti Malaysia Sabah (UMS), Aminuddin Ibrahim; Pakar Psikiatri Hospital Mesra Bukit Padang, Dr Koh Yunn Min; Kaunselor UCSF, Suhaifah Irna Musalim; serta moderator daripada FPKS, Norhamidah Jarimal @ Safri.

Turut hadir Setiausaha Tetap Kementerian Wanita, Kesihatan dan Kesejahteraan Rakyat (KWKKR), Datuk Maria Chong; Pengarah Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN), Shahriah Saharom; Pensyarah Kanan UMS, Dr Maine Suadik; dan Ketua Pentadbiran, Perkhidmatan Korporat dan Perhubungan Awam Institut Kajian Pembangunan Sabah (IDS), Corina Emily Claudius.