

**MESYUARAT KEDUA PENGGAL KETIGA
DEWAN UNDANGAN NEGERI PULAU PINANG
YANG KELIMA BELAS
14 NOVEMBER 2025**

PERKARA : 4(B)56

**SOALAN LISAN OLEH AHLI KAWASAN PENKALAN KOTA
YB WONG YUEE HARNG**

56. Apakah perkembangan terkini persiapan kontinjen Pulau Pinang bagi menghadapi SUKMA Selangor 2026, memandangkan tempoh masa tinggal hanya satu tahun lagi sebelum temasya berlangsung?

**YB GOOI ZI SEN
MENJAWAB BAGI PIHAK YAB KETUA MENTERI**

56. Matlamat dan Fokus Persiapan

Dalam tempoh kurang daripada 300 hari ini, setiap hari amat berharga. Masa yang singkat ini perlu dimanfaatkan dengan perancangan yang teliti, latihan yang berfokus, dan pendekatan saintifik. Perbincangan secara berkala bersama Persatuan Sukan Negeri serta jurulatih melalui Mesyuarat Jawatankuasa Prestasi Tinggi (JKPT) dilihat dapat membantu menilai prestasi terkini atlet-atlet skuad latihan SUKMA. Fokus utama kita bukan sahaja untuk membina kekuatan dan kemahiran, tetapi juga

untuk mengelakkan kecederaan serta memastikan atlet berada pada tahap prestasi tertinggi semasa kejohanan berlangsung. Mesyuarat ini juga adalah medium untuk menilai prestasi semasa atlet yang berlatih dalam skuad latihan sebelum dibawa menyertai SUKMA nanti.

Kecederaan adalah musuh utama prestasi. Satu kecederaan kecil boleh mengubah seluruh perjalanan latihan dan menggugat peluang kejayaan. Oleh itu, kita perlu menekankan aspek pencegahan kecederaan melalui pemantauan beban latihan, teknik pemanasan dan penyejukan yang betul, serta sokongan fisioterapi dan pemulihan yang konsisten.

Pendekatan Sains Sukan dan Pengurusan Prestasi

Majlis Sukan Negeri komited untuk mengintegrasikan sains sukan dalam setiap aspek persediaan atlet. Kita akan memastikan atlet mendapat akses kepada kepakaran dalam bidang pemakanan sukan, psikologi prestasi, fisiologi latihan dan analisis biomekanik.

Latihan kini bukan lagi sekadar meningkatkan kecergasan fizikal, tetapi melibatkan pemantauan berterusan menggunakan teknologi seperti analisis video, GPS dan ujian makmal bagi menilai kemajuan dan beban kerja atlet secara objektif.

Dengan pendekatan ini, kita dapat mengoptimumkan prestasi atlet secara selamat, meningkatkan kecekapan tenaga, memperbaiki teknik, serta mengurangkan risiko kecederaan akibat latihan berlebihan.

Keseimbangan, Pemulihan dan Pemantauan

Dalam keghairahan mengejar kemenangan, kita tidak boleh menyetepikan kepentingan keseimbangan dan pemulihan badan. Rehat yang mencukupi, tidur yang berkualiti, dan pemakanan seimbang adalah sebahagian daripada latihan. Atlet perlu mematuhi rutin pemulihan yang disarankan oleh pegawai sains sukan agar tubuh sentiasa dalam keadaan optimum.

Pemantauan prestasi melalui sistem KPI, ujian kecergasan dan pemeriksaan kesihatan berkala akan terus dijalankan bagi

memastikan tiada atlet yang mengalami simptom keletihan kronik atau tekanan mental yang boleh menjejaskan prestasi.

Peranan Jurulatih dan Pasukan Sokongan

Jurulatih merupakan tunjang utama kejayaan program ini. Oleh itu, jurulatih perlu mengamalkan komunikasi terbuka dengan pegawai sains sukan dan perubatan bagi menyelaraskan beban latihan dengan lebih efektif.

Kita mahu setiap keputusan latihan dibuat berasaskan data dan pemerhatian saintifik — bukan sekadar intuisi atau pengalaman semata-mata.

Pasukan sokongan termasuk fisioterapis, ahli pemakanan, dan pakar psikologi sukan pula akan terus memainkan peranan penting dalam memastikan setiap atlet bersedia secara menyeluruh dari segi fizikal, mental dan emosi.

Budaya Juara dan Semangat Pasukan

Persediaan menjelang kejohanan bukan hanya tentang latihan fizikal, tetapi tentang membina budaya juara — budaya yang menuntut disiplin, ketekunan, keazaman dan kerjasama berpasukan.

Kita mahu setiap atlet bukan sekadar berlatih untuk menyertai, tetapi berlatih untuk menang dengan maruah. Setiap titik peluh hari ini adalah pelaburan menuju detik gemilang esok.

Mental yang kukuh dalam sukan sangat penting kerana ia mempengaruhi prestasi, daya tahan, dan kesejahteraan atlet secara keseluruhan. Atlet yang memiliki kekuatan mental mampu mengatasi tekanan, kekal fokus, dan bangkit semula daripada kegagalan. Untuk itu, Majlis Sukan Negeri Pulau Pinang Bersama dengan syarikat Global Edge Consultancy dan Global Edger Pharma akan menganjurkan Persidangan Ketahanan Mental bertemakan Malaysia's First Mental Fitness Sports Conference pada 21 & 22 November 2025 di Bayview Hotel Georgetown. Persidangan ini bertujuan untuk menekankan kepentingan kesihatan mental sebagai komponen utama dalam pembangunan atlet dan kesejahteraan masyarakat.

Mengoptimumkan Prestasi Melalui Perbelanjaan Bersasar

Dalam merealisasikan usaha mencapai keunggulan di SUKMA 2026, pelaburan peruntukan subsidi dari MSN juga mula difokuskan kepada sukan-sukan yang bersasar yang mampu menyumbang lebih pingat emas tanpa mengabaikan lain-lain sukan yang turut dibantu secara menyeluruh. Langkah ini telah menyaksikan pengenalan sistem penyaluran bantuan secara Tier yang turut dibentuk berlandaskan kepada pencapaian dan prestasi pasukan di SUKMA 2024 yang lalu.

Tier 1 (Sukan SUKMA - yang pernah memenangi 2 Pingat Emas dan dijangka akan mampu kekal memenangi lebih dari 2 pingat emas).

RM50,000 untuk penyertaan kejohanan dalam negara.

RM20,000 untuk penyertaan kejohanan di luar negara.

Bantuan kewangan pembelian peralatan sukan untuk latihan dan sewaan venue Latihan

Tier 2 (Sukan SUKMA - yang pernah menyumbang kemenangan 1 Pingat Emas);

RM48,000 untuk penyertaan kejohanan dalam negara

RM18,000 untuk penyertaan kejohanan luar negara.

Bantuan kewangan pembelian peralatan sukan untuk latihan dan sewaan venue latihan

Tier 3 (Sukan SUKMA - Capai Sasaran Medal selain Emas).

RM45,000 untuk penyertaan kejohanan dalam negara.

RM15,000 untuk penyertaan kejohanan luar negara.

Tier 4 (Tidak Mencapai Sasaran).

RM40,000 untuk penyertaan kejohanan dalam negara.

RM10,000 untuk penyertaan kejohanan luar negara.

Tier 5 (Sukan Yang Pernah Dipertandingkan di SUKMA 2 tahun terdahulu).

RM 20,000 untuk program pembangunan.

Tier 6 (Sukan Bukan SUKMA).

RM 10,000 untuk program pembangunan.

Bagi mendokong pelaksanaan program pembangunan sukan negeri yang secara nyatanya memerlukan kewangan yang kukuh, Majlis Sukan Negeri Pulau Pinang telah juga menubuhkan Jawatankuasa Pembiayaan Program IMPACT mulai awal tahun ini untuk mencari dan menyuntik kemasukan dana-dana tambahan dari sektor industri swasta demi memajukan pertumbuhan pembangunan sukan berprestasi tinggi di Pulau Pinang. Jawatankuasa ini telah dipertanggungjawabkan untuk merangka dan merancang strategi yang bersesuaian bagi mendorong penglibatan sektor swasta dalam menyalurkan bantuan kewangan kepada pihak negeri. Sehingga 10 November 2025, Jawatankuasa ini telah berjaya memperoleh sejumlah RM180,000 yang disalurkan penyalurannya kepada program pembangunan dan kebajikan atlet-atlet negeri, dan sukan-sukan tertentu.

PENUTUP

Sebagai penutup, saya ingin menegaskan bahawa tempoh 300 hari ini adalah masa untuk fokus, disiplin dan penyatuan tenaga seluruh pasukan sukan negeri. Dengan perancangan strategik, kawalan kecederaan yang berkesan, dan penggunaan sains sukan secara menyeluruh, saya yakin atlet kita mampu

mencapai prestasi cemerlang dan membawa kejayaan yang membanggakan kepada negeri.

Pulau Pinang nekad untuk menghasilkan kemenangan 60 pingat emas ini dalam menyahut seruan dan cabaran yang diilhamkan oleh YAB Ketua Menteri. Kemenangan 41 butir Pingat Emas di Sukma Sarawak 2024 dan kemenangan 30 butir Emas di SUKMA KL 2022 yang lalu akan kita atasi dengan sebaik mungkin.

Marilah kita bekerja sebagai satu pasukan — Persatuan Sukan, jurulatih, pegawai, dan atlet — untuk memastikan setiap latihan membawa kita selangkah lebih dekat ke podium kemenangan.