

Membina sebuah negara sukan

UM - 9/10/2015 (M/S 31)

Oleh **KHAIRY JAMALUDDIN**

ESOK kita bakal menyambut Hari Sukan Negara yang pertama. Jutaan rakyat Malaysia bakal turun padang dan bersenam di seluruh tanah air dalam misi untuk menjadi sebuah negara bersukan.

Daripada aktiviti ikonik dengan ribuan peserta di bandar hingga ke pertandingan futsal di kampung-kampung, Malaysia bakal mengorak langkah pertama ke arah menjadi negara yang lebih sihat dan cergas.

Apakah tujuan Hari Sukan Negara? Ada yang sinis mengatakan bahawa satu hari setiap tahun tidak mampu mengubah apa-apa. Kita masih lagi corot dalam arena bolasepak dan pencapaian sukan kita juga tidak konsisten.

Pasti ada yang beranggapan bahawa Kementerian Belia dan Sukan seeloknya memberi fokus kepada perkara ini dan bukannya mengajak rakyat bersukan pada satu hari setiap tahun. Sebenarnya, pencapaian sukan berprestasi tinggi tetap menjadi keutamaan kementerian saya dan semua pemegang taruh yang terlibat.

Tetapi sukan bukan hanya tentang atlet elit yang kita harap bakal dikalungkan pingat di podium antarabangsa. Sukan massa atau sukan untuk semua - untuk kita, keluarga, dan rakan-rakan - merupakan komponen yang penting dalam perancangan dasar sukan negara.

Inilah sebab kenapa kita perlu membina sebuah negara bersukan. Realitinya, kadar penglibatan rakyat Malaysia dalam aktiviti fizikal dan sukan tidak sampai 40 peratus berbanding negara sukan seperti Australia, Jepun dan United Kingdom yang melebihi 60 peratus.

Bila kadar penglibatan di Malaysia rendah, sukan tidak terterap dalam budaya dan gaya hidup kita. Saya percaya rakyat

Malaysia cintakan sukan.

Namun walaupun negara kita dipenuhi dengan pencinta dan pengkritik sukan, gelaran negara bersukan masih jauh dari genggamannya Malaysia. Budaya ini memberi impak kepada pencapaian kita di peringkat tertinggi.

Bila tiada budaya bersukan, tapak penyertaan sukan kita semakin menyusut. Bila tiada budaya bersukan, ibu bapa tidak menggalakkan anak-anak mereka untuk menyemai minat dan mengasah bakat dalam sukan.

Bila tidak ramai anak kecil kita yang bersukan, amat sukar bagi Malaysia mencari pengganti Datuk Lee Chong Wei, Datuk Nicol David, Pandelega Rinong dan Azizulhasni Awang.

Natijahnya, usaha menjadikan rakyat Malaysia

lebih aktif ini bakal mencetuskan satu gerakan yang mampu meningkatkan penglibatan sukan di peringkat akar umbi dan sekaligus membentuk lebih ramai bintang sukan masa depan.

Namun sukan tidak hanya berkisar tentang pencarian jaguh dunia, tetapi juga penting dalam membentuk Malaysia yang lebih sihat. Di rantau ini, kita berada di persada ranking penyakit tidak berjangkit seperti obesiti, diabetes dan komplikasi jantung.

Jika sekarang kita hanya berpeluk tubuh, risiko yang bakal kita tanggung di masa hadapan bukan hanya dengan rakyat yang menghidap penyakit kronik, tetapi juga kos perbelanjaan perubatan yang semakin meningkat demi mengubati penyakit yang boleh kita elakkan melalui gaya hidup sihat.

Hari Sukan Negara mungkin berlangsung satu hari setahun, tetapi Sabtu kedua setiap Oktober ini bakal menjadi tarikh simbolik untuk mengingatkan kita tentang kuasa sukan dalam meniupkan api semangat dan menyembuhkan kita daripada penyakit yang boleh dielakkan.

