

Rakyat Selangor paling ramai bersenam

Berdasarkan hasil bancian 16.1 juta responden yang menjawab soalan kecergasan Banci Malaysia 2020

Oleh AISYAH BASARUDDIN
SHAH ALAM

Seramai 1.3 juta rakyat Selangor dilaporkan mengamalkan gaya hidup aktif, sekali gus paling ramai bersukan dan bersenam di negara ini.

Jabatan Perangkaan Malaysia (DOSM) dalam kenyataan pada Isnin memaklumkan, ia berdasarkan hasil bancian daripada 16.1 juta responden yang menjawab soalan kecergasan Banci Malaysia 2020, dengan 8.7 juta penduduk dilaporkan terlibat dalam aktiviti tersebut.

Johor pula mencatatkan sejumlah 1.2 juta orang, dengan kedua-dua negeri tersebut

menyumbang sebanyak 2.5 juta atau 28.5 peratus daripada 8.7 juta penduduk yang bersenam.

“Petaling, Johor Bahru dan Kinta adalah daerah pentadbiran yang paling aktif, masing-masing mencatat 445,900, 392,500 dan 339,200 penduduk melakukan aktiviti fizikal.

“Sebanyak 62.4 peratus daripada 8.7 juta penduduk aktif pada 2020 melakukan sekurang-kurangnya satu aktiviti fizikal, 22.8 peratus terbabit dalam dua aktiviti manakala 14.8 peratus melakukan tiga aktiviti atau lebih.

“Aktiviti rekreasi pula seramai 4.2 juta orang, berjalan laju dengan 2.8 juta orang dan berlari, 2.1 juta orang adalah antara yang paling digemari diikuti berbasikal, e-Sport, zumba



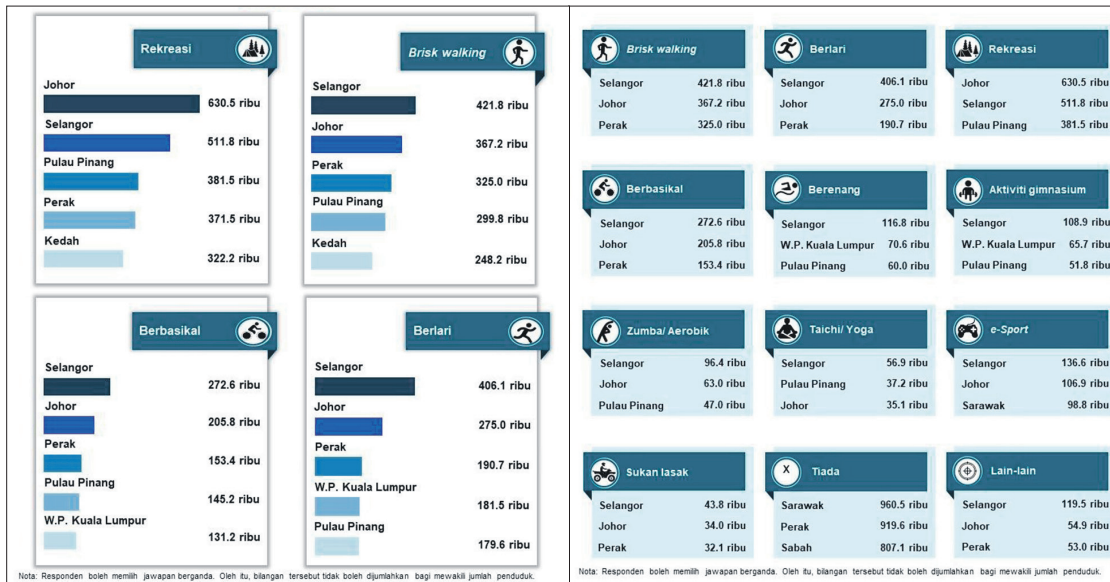
Banci Malaysia 2020: Kesejahteraan penduduk (kecergasan).

atau aerobik, berenang, aktiviti gimnasium, sukan lasak dan taichi atau yoga,” katanya.

Berdasarkan Banci Malaysia 2020 itu, 80 peratus responden juga menyatakan tempat kediaman yang dilengkapi kemudahan taman permainan dan padang bola adalah dalam lingkungan sehingga lima kilometer, sekali gus menjadi

faktor penyumbang kepada aktiviti fizikal.

DOSM memaklumkan, kurang daripada 60 peratus responden menyatakan kemudahan sukan dan rekreasi awam contohnya padang golf, pusat boling, kolam renang dan stadium mini terletak dalam jarak sehingga lima kilometer dari kediaman mereka.



Lima negeri tertinggi mengikut jenis aktiviti sukan atau senaman tertinggi Malaysia 2020.

Tiga negeri tertinggi mengikut aktiviti sukan atau senaman Malaysia 2020.