



KENYATAAN MEDIA KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

DAPATAN TINJAUAN KEBANGSAAN KESIHATAN DAN MORBIDITI (NHMS) 2025: KESIHATAN WARGA EMAS

Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi (NHMS) merupakan satu tinjauan populasi di seluruh negara yang dijalankan oleh Institut Kesihatan Umum (IKU), Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) untuk menyediakan maklumat mengenai kesihatan populasi Malaysia. NHMS 2025 merupakan tinjauan kedua yang menumpukan kepada status kesihatan warga emas berumur 60 tahun dan ke atas, susulan tinjauan pertama yang dijalankan pada 2018. Tinjauan ini bertujuan untuk menilai status kesihatan warga emas merangkumi dimensi sosial, mental, dan fizikal, seterusnya menyokong usaha untuk menggalakkan penuaan sejahtera.

NHMS 2025 menunjukkan bahawa 14.7% warga emas di Malaysia memenuhi kriteria penuaan sejahtera. Penuaan sejahtera didefinisikan sebagai individu yang mempunyai tahap sokongan sosial yang tinggi, tiada limitasi kognitif, tiada kemurungan, mampu berdikari dalam melakukan aktiviti harian, serta tiada penyakit kronik atau penyakit kronik yang terkawal.

Dari segi kesihatan sosial, NHMS 2025 menunjukkan bahawa 18.8% warga emas tinggal bersendirian, iaitu hampir tiga kali ganda peningkatan daripada 6.3% pada 2018. Walau bagaimanapun, tinjauan juga mendapati bahawa 61.3% warga emas yang tinggal bersendirian mempunyai tahap sokongan sosial yang tinggi.

Dari segi kesihatan mental, NHMS 2025 menunjukkan bahawa 9.8% warga emas mengalami demensia, menunjukkan sedikit peningkatan daripada 8.5% pada tahun 2018. Manakala prevalens kemurungan menurun kepada 8.0% pada 2025, berbanding 11.2% pada 2018. KKM akan terus memperkukuh saringan, rawatan, dan intervensi kesihatan mental bagi warga emas.

Dari segi kesihatan fizikal, NHMS 2025 menunjukkan bahawa prevalens limitasi melaksanakan Aktiviti Kehidupan Harian (ADL) dalam kalangan warga emas ialah 10%, menurun daripada 17% pada tahun 2018. Pada masa yang sama, prevalens limitasi dalam melaksanakan Aktiviti Kehidupan Harian Berinstrumental (IADL) menurun kepada 27%, berbanding 33% pada tahun 2018.

NHMS 2025 turut menunjukkan prevalens penyakit kronik yang tinggi dalam kalangan warga emas, di mana 39% prevalens diabetes, 73% prevalens tekanan darah tinggi, dan 76% prevalens paras kolesterol tinggi. Tinjauan ini juga mendapati bahawa 68% warga emas mempunyai sekurang-kurangnya dua daripada tiga penyakit kronik ini, manakala 30% mempunyai ketiga-tiganya. Dapatan ini membimbangkan dan menekankan keperluan untuk strategi komprehensif.

Dapatan NHMS 2025 menunjukkan bahawa 30.6% warga emas tidak aktif secara fizikal, manakala 12.8% terlibat dalam tingkah laku sedentari yang tinggi. Tinjauan juga mendapati bahawa 45% warga emas mengalami sarkopenia, 60% berisiko mengalami frailti dan 11% telah mengalami frailti.

Dapatan NHMS 2025 adalah penting dalam pembangunan polisi kesihatan yang komprehensif dan responsif untuk populasi warga emas di Malaysia, selaras dengan *National Ageing Blueprint Malaysia*, Pelan Tindakan Perkhidmatan Kesihatan Warga Emas 2023–2030, dan Pelan Tindakan Demensia Negara 2023–2030. Sejar dengan itu, KKM komited untuk memperkukuh agenda kesihatan negara melalui inisiatif strategik yang menyokong kesejahteraan warga emas sambil memastikan kelestarian sistem kesihatan.

Pada masa yang sama, KKM menyeru semua pihak berkepentingan, termasuk agensi kerajaan, pengamal kesihatan, penyelidik, dan pemimpin komuniti, untuk bersedia menghadapi cabaran populasi yang menua menjelang 2036 dan bekerjasama dalam meningkatkan kualiti hidup warga emas di Malaysia, dengan matlamat mencapai penuaan sejahtera.

KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

20 APRIL 2026