



# SEMINAR KEPENDUDUKAN NEGERI SELANGOR SEMPENA HARI PENDUDUK SEDUNIA 2025

“Membentuk Keluarga dalam Kalangan Generasi Z”

**26 OGOS 2025**

**BILIK LILY, IDEAL CONVENTION CENTRE (IDCC)  
SHAH ALAM**



# **KANDUNGAN**

|   |           |
|---|-----------|
| <b>1.0 PENDAHULUAN .....</b>  | <b>3</b>  |
| <b>2.0 UCAPAN ALU-ALUAN .....</b>   | <b>5</b>  |
| <b>3.0 UCAPAN PERASMIAN .....</b>   | <b>9</b>  |
| <b>4.0 FORUM KEPENDUDUKAN .....</b>   | <b>14</b> |
| <b>Berkeluarga: Gen Z Sedia atau Belum?.....</b>  | <b>14</b> |
| <b>5.0 PEMBENTANGAN KERTAS KERJA .....</b>  | <b>23</b> |
| <b>KERTAS KERJA 1: Lelaki itu sebenarnya... ..</b>  | <b>23</b> |
| <b>KERTAS KERJA 2: Membina Generasi Masa Depan: Dasar dan<br/>Insentif untuk Kesejahteraan Keluarga di Selangor .....</b> | <b>26</b> |
| <b>KERTAS KERJA 3: Nikah Muda, Keluarga Bahagia: Cabaran<br/>Mengimbangi Kos Sara Hidup dan Keluarga.....</b>             | <b>29</b> |
| <b>6.0 PROMOSI DAN LIPUTAN MEDIA .....</b>  | <b>36</b> |
| <b>7.0 TINJAUAN PENDAPAT GEN Z .....</b>  | <b>41</b> |
| <b>8.0 TINJAUAN PENDAPAT UMUM.....</b>  | <b>43</b> |
| <b>9.0 MAKLUM BALAS PESERTA.....</b>  | <b>44</b> |

# 1.0 PENDAHULUAN

Negeri Selangor sebagai negeri paling pesat membangun di Malaysia kini berdepan dengan satu cabaran demografi yang kian meruncing iaitu penurunan kadar kesuburan yang ketara. Menurut Jabatan Perangkaan Malaysia (DOSM), Kadar Kesuburan Jumlah (*Total Fertility Rate - TFR*) negara terus menurun kepada 1.7 anak bagi setiap wanita pada tahun 2023, jauh di bawah paras penggantian 2.1 anak. Lebih membimbangkan, Selangor mencatat kadar TFR serendah 1.6 anak, menempatkan negeri Selangor antara negeri dengan TFR terendah di Malaysia.

Salah satu faktor utama fenomena ini berlaku ialah **trend kelewatan perkahwinan dalam kalangan belia, terutamanya di kawasan bandar seperti di negeri Selangor**. Statistik menunjukkan semakin ramai penduduk, khususnya anak muda memilih untuk melambatkan usia perkahwinan. Purata umur perkahwinan pertama bagi lelaki meningkat dari 29.9 tahun pada tahun 2021 kepada 31.1 tahun pada tahun 2023. Manakala bagi wanita pula, meningkat dari 28.0 tahun pada tahun 2021, kepada 29.1 tahun pada tahun 2023. Antara faktor utama yang dikenal pasti termasuklah bebanan kos sara hidup yang tinggi, tekanan kerjaya dan pendidikan, ketersediaan kediaman, serta perubahan nilai dan aspirasi hidup dalam kalangan generasi muda.

Akibat daripada kelewatan perkahwinan ini, ramai pasangan hanya mula merancang keluarga dalam usia 30-an iaitu ketika tahap kesuburan semula jadi mulai menurun. Ini bukan sahaja mengurangkan jumlah anak yang dimiliki, malah meningkatkan risiko ketidaksuburan serta isu kesihatan reproduktif. Dalam jangka masa panjang, situasi ini dijangka menyebabkan pengecilan struktur keluarga, penurunan bilangan kanak-kanak, serta peningkatan ketara bilangan warga emas di Selangor menjelang tahun 2040.

Seminar ini diadakan tepat pada masanya untuk membincangkan isu-isu mendalam berkaitan dinamika kependudukan moden, serta merangka tindakan strategik bagi mengekang penurunan kadar kesuburan yang berpanjangan. Ia juga bakal mengetengahkan keperluan mem- bangunkan dasar yang lebih mesra keluarga (*family-friendly*), memperkukuh akses kepada rawatan kesuburan, serta

merangsang persekitaran yang menyokong institusi perkahwinan dan kekeluargaan di peringkat negeri.

Empat bidang utama yang bakal diberi fokus dalam seminar ini ialah :

- i. Perubahan sosio-ekonomi dan gaya hidup;
- ii. Kecenderungan kelewatan perkahwinan dan impaknya terhadap kesuburan;
- iii. Keperluan dasar reproduktif dan program intervensi yang progresif; dan
- iv. Peranan bersama dalam memperkukuh institusi keluarga di negeri Selangor.

## 2.0 UCAPAN ALU-ALUAN

Oleh Yang Berusaha Puan Juwairiya Zulkifli, Timbalan Pengerusi LPPKN telah menyampaikan ucapan alu-aluan Seminar Kependudukan Negeri Selangor 2025 (SKNS 2025).

Beliau mengucapkan terima kasih dan setinggi-tinggi penghargaan kepada Kerajaan Negeri Selangor khususnya Pejabat EXCO Pembangunan Wanita dan Kebajikan Masyarakat Selangor dan Unit Perancang Ekonomi Negeri (UPEN) Selangor yang menyokong penuh penganjuran SKNS 2025.



***“Sistem sokongan sosial menjadi faktor utama yang mempengaruhi golongan muda hari ini. Tuntutan pekerjaan golongan muda, kemampuan kewangan dan keputusan untuk merancang saiz keluarga sedikit sebanyak mempengaruhi keputusan untuk berkahwin dan juga mempunyai anak yang lebih ramai.”***

Penganjuran seminar hari ini adalah kali kedua setelah siri pertama yang dilaksanakan 30 Julai 2024, yang dihadiri oleh 210 peserta dari pelbagai agensi. Perjalanan SKNS 24 telah dibukukan termasuk cadangan dasar dan program yang boleh dilaksanakan untuk manfaat penduduk Selangor. Sesuai dengan peranan Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN), seminar kali ini juga menyentuh

bidang kependudukan, pembangunan keluarga dan kesihatan reproduktif.

Turut dirakamkan ucapan terima kasih dan tahniah kepada LPPKN Negeri Selangor yang sentiasa komited bagi memastikan penganjuran seminar dapat dilaksanakan sebaiknya. Besar harapan beliau, seminar ini mampu memberi manfaat sebaiknya buat para hadirin, selain menyediakan platform buat penggubal dasar, ahli akademik dan penyelidik untuk berkongsi pandangan serta menghasilkan usul-usul cadangan yang boleh diketengahkan di negeri Selangor.

## **SEJARAH DAN TUJUAN SAMBUTAN HARI PENDUDUK SEDUNIA**

Hari Penduduk Sedunia mula tercetus daripada peristiwa bersejarah apabila penduduk dunia mencapai 5 bilion orang pada 11 Julai 1987. Menyedari kepentingan isu kependudukan, pihak United Nations Development Programme (UNDP) memperkenalkan Hari Penduduk Sedunia yang disambut setiap Julai mulai tahun 1989 dan diiktiraf oleh PBB pada tahun 1990. Malaysia bersama 190 buah negara lain mula menyambut Hari Penduduk Sedunia sejak tahun 1990 selaras dengan pengiktirafan rasmi oleh PBB dan saranan daripada United Nations Population Fund (UNFPA).

Sambutan ini bertujuan meningkatkan kesedaran masyarakat global terhadap pelbagai isu kependudukan, termasuk kesihatan reproduktif, pendidikan, migrasi, urbanisasi, kemiskinan, penuaan, kesuburan dan perubahan demografi. Sejak sambutan ini diperkenalkan secara rasmi pada tahun 1990, penduduk dunia terus meningkat setiap tahun. **Menjelang 2030, jumlah penduduk global dijangka mencecah 8.5 bilion orang.** Pertumbuhan ini memberi tekanan kepada pelbagai keperluan asas seperti makanan, kesihatan, pendidikan, dan perumahan yang mampu menjejaskan kesejahteraan masyarakat di seluruh dunia.

Sambutan Hari Penduduk Sedunia menjadi peluang penting untuk membincangkan cabaran-cabaran ini secara terbuka dan menggalakkan usaha bersama, bukan sahaja oleh kerajaan tetapi juga rakyat secara menyeluruh. Ini kerana isu kependudukan bukan sekadar angka, malahan ia berkait rapat dengan kehidupan harian, kesejahteraan keluarga, dan masa depan sesebuah negara.

Tema rasmi tahun ini adalah “*Empowering young people to create the families they want in a fair and hopeful world*” atau “Memperkasa golongan muda untuk membentuk keluarga yang mereka inginkan dalam dunia yang adil dan penuh harapan”. Tema ini menekankan keperluan dasar yang menyokong golongan muda menghadapi cabaran ekonomi, sosial dan kesihatan reproduktif untuk membina keluarga. Hak untuk membina keluarga tidak boleh diukur hanya pada aspek fizikal, tapi juga dari sudut emosi, sosial dan struktur sokongan (majikan/tempat kerja, keluarga, masyarakat sekeliling). Selain itu akses kepada perkhidmatan kesihatan reproduktif, pendidikan kekeluargaan dan polisi mesra belia amat penting bagi memperkasa golongan muda ini untuk membentuk keluarga. Saya yakin Kerajaan Negeri Selangor cakna kepada kesejahteraan orang muda di Selangor.

## **KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA DI MALAYSIA**

Berdasarkan laporan oleh Jabatan Perangkaan Malaysia (DOSM), pada tahun 2023, kadar kesuburan jumlah (KKJ) atau *Total Fertility Rate*, TFR telah menurun kepada 1.6 anak bagi setiap wanita, berbanding 2.2 pada tahun 2010. Pada ketika ini, terdapat seramai 3.5 juta warga emas iaitu berumur 60 tahun ke atas atau 11.3% daripada 34 juta penduduk. Penurunan kadar kesuburan ini sekaligus mempercepatkan proses penuaan penduduk di Malaysia dan dijangka 15 peratus penduduk Malaysia adalah berumur 60 tahun ke atas pada tahun 2030.

Selain daripada itu, Laporan Perkahwinan dan Perceraian 2023 oleh DOSM, kadar perkahwinan kasar (*Crude Marriage Rate*, CMR) menurun daripada 6.6% untuk tahun 2022 kepada 5.7% pada 2023 bagi setiap 1,000 penduduk. Wanita Malaysia kini berkahwin buat kali pertama pada usia median 27 tahun berbanding 26 pada tahun 2018, manakala umur median lelaki kekal pada 28.0 tahun. Saiz purata isi rumah didapati menurun kepada 3.9 orang bagi tahun 2020 berbanding 4.9 orang pada tahun 1991.

Kajian Penduduk dan Keluarga Malaysia Kelima (KPKM-5) oleh LPPKN mendapati kelewatan atau menangguhkan perkahwinan didorong oleh pelbagai faktor seperti masalah kewangan, utamakan kerjaya dan tidak berjumpa pasangan sesuai. Walaupun berkahwin adalah hak masing-masing, namun melewatkan perkahwinan

boleh memberi kesan kepada struktur demografi keluarga.

Bagi cabaran semasa di peringkat institusi keluarga pula, sistem sokongan sosial menjadi faktor utama yang mempengaruhi golongan muda hari ini. Tuntutan pekerjaan golongan muda, kemampuan kewangan dan keputusan untuk merancang saiz keluarga sedikit sebanyak mempengaruhi keputusan untuk berkahwin dan juga mempunyai anak yang lebih ramai. Selain itu, terdapat pasangan yang dikenali sebagai 'Keluarga Komuter' yang merujuk kepada pasangan berkahwin, tetapi perlu tinggal berjauhan disebabkan faktor tempat kerja. Perkara ini perlu ditangani dengan baik kerana salah seorang terpaksa mengambil tugas tambahan apabila perlu menguruskan keluarga dan menjaga anak bersendirian.

Agenda kependudukan, kekeluargaan dan kesihatan reproduktif seharusnya diperjuangkan secara kolektif oleh semua pihak. Sehubungan itu, Kerajaan Negeri khususnya, sangat memerlukan lebih banyak penemuan penyelidikan dan usul daripada pelbagai pihak terutama dalam kedua-dua bidang ini bagi dijadikan input dalam pembuatan dasar, intervensi dan program berkaitan.

### 3.0 UCAPAN PERASMIAN

Ucapan perasmian telah disampaikan oleh YB Puan Anfaal binti Saari, Exco Pembangunan Wanita dan Kebajikan Masyarakat Negeri Selangor. Dalam ucapan perasmian tersebut, beliau menyentuh isu yang tidak pernah dihadapi oleh mana-mana generasi sebelum ini, iaitu isu *unprecedented*, suatu realiti demografi yang tidak boleh di pandang ringan. Kadar Kesuburan Jumlah (Total Fertility Rate – TFR) di Malaysia kini hanya sekitar 1.6 anak bagi setiap wanita. Menurut beliau, bilangan kelahiran hidup di Selangor jatuh sebanyak 72% daripada 90,118 pada tahun 2021 kepada hanya 83,658 pada 2022.



***“Kita tidak boleh membakul-sampahkan kerisauan golongan muda dengan retorik “zaman saya dulu” atau “gen Z ini memang begitu”. Dunia sudah berbeza, cabaran mereka berbeza, dan dasar kita juga mesti berbeza. Menggunakan pendekatan lapuk tidak akan menyelesaikan masalah baharu yang mendepani kita sekarang.”***

Apa yang beliau tekankan adalah masyarakat kita sedang menua, dan nisbah tanggungan (*dependency ratio*) akan meningkat. Jika bilangan warga emas lebih besar berbanding tenaga kerja muda, kita akan berdepan tekanan terhadap ekonomi, sistem kesihatan, dan perlindungan sosial. Apabila bilangan pembayar cukai semakin sedikit, bagaimana hospital-hospital kerajaan nak kekal RM1, RM5?

Turut disentuh dalam ucapan beliau adalah isu umur persaraan. Ramai tidak mahu umur persaraan dinaikkan. Tetapi jika nisbah tanggungan terus meningkat, ia mungkin menjadi salah satu keperluan yang tak boleh dielak. Malangnya, tak ramai yang bersedia berbincang perkara ini.

Menurut beliau, orang muda berkahwin lewat atau memilih untuk tidak berkahwin. Orang muda yang berkahwin pula memilih untuk mempunyai anak yang sedikit atau memilih untuk tidak mempunyai anak atau *childfree*. Kita tidak boleh terus tuding jari salahkan anak muda, sebaliknya, kita kaji lebih lanjut, mengapa anak-anak muda ini memilih sedemikian? Mengapa tak nak anak? Anak kan rezeki? Dah lah comel pula tu, penyejuk hati. Bila dikaji lebih mendalam, pilihan anak muda ini hanyalah simptom, bukan punca sebenar. Kesilapan besar jika dasar hanya cuba menyasarkan simptom ini tanpa mengkaji.

Sebagai contoh, kalau sekadar menyasarkan simptom, kita boleh beri insentif untuk berkahwin, tetapi apa jadi selepas berkahwin? Jika kos kehidupan terlalu tinggi, jika pekerjaan tidak stabil, adakah pasangan itu mahu dan mampu menambah anak? Sebab itu, kita perlu gali lebih dalam, apa akar punca sebenar masalah ini. Antara isu yang sering dibangkitkan oleh anak muda ialah beban kewangan dan kos sara hidup. Apa pula puncanya? Antaranya ialah gaji sebenar atau *real wages* kita tidak meningkat seiring inflasi.

Menurut bekas Gabenor Bank Negara Malaysia, Tan Sri Muhammad Ibrahim, gaji permulaan seorang graduan pada tahun 1984 ialah sekitar RM1,300 sebulan. Jika diselaraskan dengan inflasi hari ini, jumlah itu sepatutnya mencecah antara RM7,000 hingga RM8,000. Tetapi realitinya, gaji graduan baharu kini hanya sekitar RM2,000 hingga RM3,000 sahaja. Ini menunjukkan bahawa kuasa beli anak muda kita sebenarnya telah merosot lebih tiga kali ganda dalam tempoh 40 tahun. Maka tidak hairanlah generasi muda berasa terbeban dan menunda perkahwinan atau anak

kerana pendapatan mereka tidak dapat menampung kos kehidupan semasa.

Ini ditambah pula dengan dimensi baharu pekerjaan sekarang ini wujud kelas ekonomi baharu menurut pakar ekonomi Guy Standing, iaitu kelas *precariat*. Semakin ramai anak muda bergantung kepada kerja kontrak, kerja jangka pendek, atau pekerjaan gig. Kesemua ini tidak menjamin sumber pendapatan tetap. Bahkan, mereka tiada cuti bersalin berbayar, dan tiada perlindungan sosial kukuh. Akibatnya, mereka rasa tidak mampu membuat komitmen jangka panjang seperti kahwin dan berkeluarga.

Faktor-faktor ini perlu diambil kira undang-undang buruh perlu diperkukuh untuk menjamin keseimbangan kehidupan dan kerjaya atau *work-life balance*. Kita juga perlu bincangkan untuk mungkin menggantung nilai gaji pada produktiviti, atau sekurang-kurangnya kepada kadar inflasi. Kita harus fikirkan cara yang berkesan dan lestari untuk anak muda kita diangkat daripada kekusutan ekonomi, supaya dapat mula berfikir perkara-perkara yang lebih tinggi dalam hierarki Maslow.

Terdapat juga sumbangan faktor kemerosotan interaksi sosial, atau *relationship recession*. Apabila media sosial menggantikan interaksi nyata, ia menyebabkan orang kurang berseimbang, kurang berjumpa, kurang berkawan, kurang bercinta, maka kurang berkahwin. Ditambah pula dengan budaya drama romantik mencipta ekspektasi tidak realistik tentang pasangan dan perkahwinan.

Akses mudah kepada pornografi juga melemahkan motivasi untuk membina hubungan sebenar. Kita tidak boleh membakul-sampahkan kerisauan golongan muda dengan retorik “zaman saya dulu” atau “gen Z ini memang begitu”. Dunia sudah berbeza, cabaran mereka berbeza, dan dasar kita juga mesti berbeza. Menggunakan pendekatan lapuk tidak akan menyelesaikan masalah baharu yang mendepani kita sekarang. Apa yang kita perlukan ialah dasar yang menyentuh akar punca, membina kestabilan ekonomi, mengurangkan kos hidup, menambah baik keseimbangan kerja-hidup, dan mewujudkan ruang sosial yang sihat untuk generasi muda membina hubungan, berkahwin, dan membesarkan keluarga.

Beliau berharap, melalui Seminar Kependudukan Negeri Selangor 2025, kita dapat membincangkan isu-isu ini secara mendalam, serta membuahkkan solusi yang realistik, berkesan, dan mampan. Juga dipanjangkan ucapan terima kasih dan

sekalung penghargaan kepada semua rakan strategik Kerajaan Negeri Selangor, termasuk KPWKM, LPPKN, jabatan dan agensi di peringkat persekutuan mahupun negeri, serta semua pihak yang terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam menjayakan Seminar Kependudukan Negeri Selangor 2025.





## 4.0 FORUM KEPENDUDUKAN

### Berkeluarga: Gen Z Sedia atau Belum?



Seminar dimulakan dengan sesi forum bersama tiga orang ahli panel jemputan. Ia dijalankan dalam tiga pusingan dan setiap panel diberikan masa 10 minit yang menjawab soalan yang diajukan dan diikuti dengan sesi soal jawab selepas pusingan ketiga.

**Moderator:**

Dr. Aminah Mohamed Tasuni  
Penceramah Kesihatan Bebas

**Panel 1:**

Encik Muhammad Irfan Fahmi Mohamad Zahari  
TEEN Educator LPPKN

**Panel 2:**

Dr. Siti Umi Fairuz Azmi  
Pakar Perubatan Keluarga  
Jabatan Kesihatan Negeri Selangor

**Panel 3:**

Dr. Haji Mohd Shukri Haji Hushin  
Perunding Motivasi

**Pusingan Pertama**

**Soalan 1: Sebagai wakil generasi Gen Z, apakah yang paling membimbangkan apabila bercakap berkaitan perkahwinan dan membina keluarga hari ini?**

**En Muhammad Irfan Fahmi Mohamad Zahari**

Sangat penting ditanamkan kefahaman bahawa perkahwinan bukan sekadar soal percintaan, tetapi turut melibatkan aspek ekonomi yang semakin mencabar, khususnya bagi generasi muda termasuklah Gen Z.

Isu utama yang membelenggu golongan muda ialah kestabilan kewangan. Kos hidup yang meningkat termasuk harga rumah, sama ada yang di sewa atau dibeli boleh menjadi beban tambahan selepas berkahwin. Jika semasa bujang cukup dengan menyewa bilik, selepas berkahwin keperluan berubah kepada menyewa atau memiliki rumah sendiri.

Turut disentuh adalah komitmen kewangan lain seperti hutang pendidikan (PTPTN), bayaran kenderaan, bil telefon, dan kos membesarkan anak yang semakin tinggi. Semua ini menimbulkan kebimbangan dalam kalangan anak muda untuk melangkah ke alam perkahwinan. Faktor gaya hidup masa kini turut menyumbang kepada tekanan ekonomi. Pilihan makanan viral dan kecenderungan untuk berbelanja secara impulsif menjadikan kawalan perbelanjaan harian satu cabaran besar bagi Gen Z.

Kadang-kadang generasi muda ini juga berasa tertekan dengan kata-kata orang sekeliling jika lewat berkahwin, dibanding-bandingkan umur perkahwinan orang zaman dahulu dengan zaman sekarang. Ini sedikit sebanyak boleh memberi tekanan kepada Gen Z tanpa memikirkan secara serius berkaitan isu kewangan atau pun cabaran ekonomi selepas berkahwin.

Sebagai kesimpulan, kepentingan isu ekonomi diberi sangat perlu diberi perhatian serius bila membincangkan tentang perkahwinan, agar generasi muda lebih bersedia dari segi kewangan dan mental untuk membina keluarga.

**Soalan 2: Dari sudut kesihatan reproduktif, kelewatan perkahwinan memberi kesan kepada kesuburan wanita dan pasangan dan apakah risikonya?**

**Dr. Siti Umi Fairuz Azmi**

Kematangan individu berkait rapat dengan empat komponen penting dalam kehidupan seseorang: kesihatan fizikal, sosial, mental dan spiritual. Keempat-empat aspek ini perlu dijaga dan diseimbangkan, terutamanya apabila kita berbicara tentang kesihatan seksual dan reproduktif.

Secara biologi, hormon seperti estrogen dan progesteron bagi wanita, serta testosteron bagi lelaki, mula meningkat seawal usia lapan tahun. Peningkatan hormon ini mencetuskan perubahan fizikal dan mental yang menandakan permulaan kematangan. Namun, kematangan sebenar bukan hanya bergantung kepada biologi, tetapi turut melibatkan kematangan mental dan spiritual yang dipandu oleh nilai agama dan budaya masing-masing.

Dalam konteks perkahwinan, usia yang sesuai untuk berkahwin lazimnya bermula daripada 18 tahun ke atas, kerana pada tahap ini seseorang itu sudah mula menunjukkan tahap kematangan yang lebih stabil dari segi emosi, fizikal dan spiritual. Perkahwinan di bawah umur 18 tahun memerlukan penilaian kesihatan dan psikologi yang teliti, bagi memastikan individu tersebut benar-benar bersedia untuk memikul tanggungjawab berkeluarga.

Sebaliknya, perkahwinan yang terlalu lewat, khususnya selepas usia 30 tahun, boleh membawa risiko tertentu terhadap kesihatan reproduktif. Penurunan hormon secara semula jadi boleh menjejaskan kesuburan dan gangguan perkembangan seperti autism dan ADHD. Tetapi ada juga mereka yang diberi ujian dengan penyakit autism boleh berjaya seperti adik Nur Ariff Jasmin, pelajar PhD Universiti Islam Antarabangsa dan berhasrat untuk menjadi seorang pensyarah.

Selain itu, tekanan emosi dan mental juga cenderung meningkat apabila seseorang menanggungkan perkahwinan terlalu lama, terutamanya dalam masyarakat yang

menekankan pembentukan keluarga sebagai satu norma sosial.

Oleh itu, keseimbangan perlu dicapai. Perkahwinan tidak boleh terlalu awal sehingga menjejaskan perkembangan individu, dan tidak boleh terlalu lewat sehingga menimbulkan risiko kesihatan dan sosial. Pendidikan kesihatan seksual dan reproduktif yang menyeluruh, serta sokongan spiritual dan sosial yang kukuh, adalah kunci untuk membina institusi keluarga yang sihat dan sejahtera. Kita perlu kembali kepada asas iaitu menghargai tubuh, menjaga emosi, memperkukuh hubungan sosial, dan berpegang kepada nilai spiritual yang membimbing setiap langkah kehidupan.

### **Soalan 3: Gen Z dan halatuju Perkahwinan**

**Adakah orang dewasa terlalu menekan golongan muda untuk *settle down*?  
Atau sebenarnya mereka keliru tentang apa yang dimahukan dalam hidup?**

#### **Dr. Haji Mohd Shukri Haji Hushin**

Persoalan ini membawa kita kepada satu pendekatan yang lebih reflektif dan menyeluruh. Melalui teknik S.E.T.E.L., iaitu satu kerangka pemikiran yang mengajak individu untuk menilai kesediaan diri sebelum melangkah ke alam perkahwinan.

S (Spiritual) - Perkahwinan bukan sekadar memenuhi keperluan emosi atau fizikal, tetapi satu ibadah dan amanah dalam perjalanan hidup. Surah Al- Mu'minun ayat 115 mengingatkan bahawa penciptaan kita penuh hikmah, maka perkahwinan pun perlu ada tujuan, bukan sekadar ikut adat atau tekanan.

E (Emosi) - Perkahwinan perlukan kematangan emosi keupayaan untuk berkongsi, memahami dan menyokong pasangan. Tanpa kestabilan ini, hubungan mudah goyah. Jadi, kita perlu tanya diri sendiri, sudah bersedia untuk hadir secara emosi, dan bukan sekadar fizikal.

T (Tanggungjawab & Empati) - Perkahwinan bukan soal siapa lebih, siapa kurang, tetapi bagaimana dua insan saling menyokong dan melengkapi. Empati adalah tunjang dan tanpa rasa memahami, tanggungjawab terasa berat dan hubungan hilang keseimbangan.

E (Eksplorasi Diri / *Self Awareness*)- Sebelum berkahwin, kenali diri dahulu, tentukan nilai hidup, prinsip, dan arah tuju. Tanpa kesedaran ini, perkahwinan mudah jadi medan kekeliruan, bukan ketenangan. Soalan seperti Apa tujuan hidup aku? perlu dijawab dengan jujur dan mendalam.

L (Life Goal) - Perkahwinan perlu seiring dengan matlamat hidup, bukan penghalang, tapi pemangkin.

Sebelum kita tanya “dah kahwin ke belum?”, lebih wajar kita tanya “dah S.E.T.E.L ke belum?”, kerana perkahwinan bukan sekadar status sosial, tetapi satu komitmen hidup yang menuntut kesediaan dari segi spiritual, emosi, tanggungjawab, kesedaran diri dan hala tuju masa depan. Bila semua ini jelas, barulah perkahwinan jadi ruang untuk berkembang, bukan sekadar bertahan.

## **Pusingan Kedua**

**Soalan 1: Gen Z mungkin rasa perkahwinan akan mengikat kebebasan, apakah pandangan ini realistik atau sekadar naratif media sosial. Bersediakah untuk berkeluarga dan mempunyai anak?**

Ada remaja yang masih belajar dan ada yang sudah bekerja. Ada remaja yang menganggap perkahwinan bagai penjara. Perkahwinan akan bahagia jika kita boleh memahami pasangan dan boleh berkomunikasi dengan jelas atau baik dengan pasangan kita.

Perkahwinan bukanlah tentang menyekat kebebasan, tetapi tentang membentuk semula kebebasan dalam konteks perkongsian hidup. Ia menuntut komunikasi yang jujur, tolak ansur yang berterusan, dan kesediaan untuk memahami serta memikul tanggungjawab bersama.

Contohnya, apabila seorang isteri menjaga anak sepenuh masa, dia mungkin merasakan kebebasannya telah hilang. Tetapi jika suami turut sama memainkan peranan, berkongsi beban dan memahami pengorbanan tersebut, maka perkahwinan menjadi ruang sokongan. Maka, perkahwinan bukanlah pengakhiran kepada kebebasan, tetapi permulaan kepada kehidupan yang lebih bermakna dan saling melengkapi.

## **Soalan 2: Bagaimana keseimbangan kerjaya boleh dicapai bagi wanita muda hari ini?**

Semakin ramai wanita memilih untuk memberi tumpuan kepada pembangunan diri dan kerjaya terlebih dahulu sebelum melangkah ke fasa perkahwinan. Namun, perkara paling penting bukan sekadar pilihan kerjaya, tetapi pembentukan *mindset* yang betul sejak awal.

Beliau menekankan bahawa wanita perlu jelas dengan matlamat jangka pendek dan jangka panjang masing-masing sama ada untuk belajar, membina jaringan sosial, mencari motivasi atau menjadikan tokoh tertentu sebagai ikon inspirasi. Semua ini adalah langkah awal untuk memperkukuh jati diri dan membentuk hala tuju hidup yang lebih mantap.

Menjadi wanita yang seimbang memerlukan kesedaran diri yang tinggi. Wanita perlu belajar menyayangi diri sendiri, bersikap mindful, dan tahu cara menjaga kesihatan fizikal serta rohani. Ini termasuk menjaga waktu solat, waktu makan yang teratur, dan membataskan kehidupan dengan disiplin. Pengurusan masa yang baik juga menjadi asas kepada kehidupan yang teratur dan bermakna. Jika ini semua boleh dikendalikan, maka wanita muda yang memilih untuk berkahwin boleh seimbangkan kehidupan keluarga dan kerjaya. Cabaran pasti ada, tetapi cabaran yang hadir dalam hidup kita perlu diurus.

## **Soalan 3: Institusi Keluarga: Pencapaian atau Bebanan?**

Dalam usaha membina masa depan yang stabil dan bermakna, anak mu da perlu dididik untuk melihat institusi keluarga bukan sebagai beban, tetapi sebagai satu pencapaian dan kejayaan hidup. Mentaliti ini penting untuk dibentuk sejak awal agar generasi muda tidak terperangkap dalam naratif negatif yang memisahkan kejayaan peribadi daripada kekuatan hubungan kekeluargaan.

Beliau menekankan bahawa tiada kejayaan yang benar-benar utuh jika dicapai secara bersendirian. Lihat sahaja kepada ibu bapa kita, kejayaan mereka bukan hanya hasil usaha individu, tetapi juga sokongan pasangan, keluarga dan komuniti. Justeru, anak muda perlu memahami bahawa membina keluarga adalah membina sistem sokongan yang saling menguatkan dan bukannya mengikat.

Untuk membentuk sistem sokongan yang sihat, dua perkara perlu diberi perhatian. Pertama, buang rasa hasad dengki dan iri hati yang boleh merosakkan hubungan. Kedua, amalkan sikap berbaik sangka agar kepercayaan dan sokongan dapat tumbuh secara semula jadi. Dalam keluarga, kejayaan bukan diukur dari segi material semata, tetapi dari kestabilan emosi, sokongan moral dan kekuatan *spiritual* yang dibina bersama.

### **Pusingan Ketiga:**

**Soalan: Secara ringkas dimohon ketiga-tiga panel memberi tips atau cadangan bagaimana mengubah persepsi anak muda bahawa perkahwinan adalah bernilai?**

Selain daripada persediaan ekonomi dan emosi, remaja atau anak muda perlu didedahkan dengan ilmu keibubapaan, input atau maklumat berkaitan perkahwinan boleh dijadikan salah satu elemen wajib dalam Program Khidmat Negara umpamanya.

Juga boleh diserapkan ilmu keibubapaan ketika pendaftaran darjah 1 dan ia boleh dikendalikan oleh pihak Persatuan Ibu Bapa dan Guru (PIBG). Kaedah pelaksanaan perlu dikaji dan disesuaikan. Ini boleh menjadi pemangkin fasa matang paling awal daripada sudut emosi. Ibu bapa juga boleh mendapat manfaat dan menerapkan ilmu keibubapaan ini kepada anak-anak supaya mereka terdedah dengan pembangunan keluarga yang sejahtera.

Remaja adalah diingatkan supaya berbuat sesuatu dengan dasar kasih sayang terutama untuk diri sendiri. Kasih sayang amat penting untuk setiap insan kerana ia membuat kita bahagia dalam hidup. Kasih sayang juga membantu kita menjaga kesihatan fizikal dan juga emosi. Kadang-kadang kita mementingkan orang lain dari diri kita sendiri dan ia mungkin memberi kesan kepada fizikal dan emosi kita.

### **Rumusan Moderator**

Pesanan ini menekankan bahawa nilai kekeluargaan relevan untuk semua generasi. Kunci utama keseimbangan hidup bermula dengan menjaga solat dan disiplin diri. Kegelisahan tentang kewangan, kebebasan dan kesediaan untuk berkeluarga adalah nyata, namun tidak wajar dijadikan alasan untuk menolak institusi keluarga. Dari sudut

kesihatan, usia dan gaya hidup perlu diambil kira, tetapi keluarga bukan penghalang, ia adalah pemangkin kekuatan.

Kerjaya memang memberi rezeki, tetapi keluarga memberi makna. Bila keduanya seimbang, barulah hidup terasa lengkap. Walaupun zaman berubah dan generasi berganti, kasih sayang, tanggungjawab dan institusi keluarga tetap menjadi tunjang kekuatan bangsa. Untuk membina masa depan yang kukuh, kita perlu kembali kepada cinta kepada Tuhan, diri sendiri, dan keluarga.

### **Sesi Soal Jawab:**

#### **Encik Muhammad Adam, Kolej Vokasional Shah Alam**

**Soalan 1:** Adakah rawatan kesuburan akan menjadi satu trend pada masa hadapan jika berkahwin lewat?

**Jawapan:** Rawatan kesuburan kini tersedia melalui pelbagai institusi kerajaan, termasuk di Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN). Walaupun perkahwinan lewat boleh meningkatkan keperluan terhadap rawatan kesuburan, langkah pencegahan boleh dimulakan lebih awal. Individu disarankan untuk menjaga kesihatan secara menyeluruh, mengawal BMI, paras gula dan kolesterol, mengamalkan senaman secara konsisten, mengurangkan tekanan, serta menjaga pemakanan. Kesihatan yang baik bukan sahaja menyumbang kepada kesejahteraan umum, malah memainkan peranan penting dalam mengekalkan kesuburan.

**Soalan 2:** Apakah tips untuk mencari pasangan hidup yang sesuai dan bertanggungjawab sebagai seorang suami?

**Jawapan:** Berserahlah kepada Allah dalam setiap urusan. Keindahan dunia tidak kekal, tetapi nilai memberi jauh lebih bermakna daripada sekadar menerima. Jika ingin mengecapi kebahagiaan yang sebenar, jadilah seorang yang memberi kerana dalam memberi, kita menemukan makna, keberkatan, dan ketenangan jiwa.

#### **Cik Ezara, Kolej Vokasional Shah Alam**

**Soalan 3:** Bagaimana ingin atasi perasaan takut untuk mencari pasangan pada zaman ini?

**Jawapan:** Lelaki yang baik adalah untuk perempuan yang baik. Kita perlu lihat dan

amati diri kita dahulu, perbaiki sikap dan diri kita sendiri. Elakkan untuk bersama dengan orang yang negative sebelum kita berkahwin. Paling penting kita perlu berhati-hati apabila mencari kenalan atau berkenalan dengan pasangan melalui media sosial.

## **Cadangan**

### **Tuan Haji Hanafi, IKRAM Selangor**

Kerajaan Negeri perlu ada inisiatif untuk bekerjasama dengan vendor *wedding planner* untuk kurangkan kos supaya generasi akan datang kurang terbeban dengan kos perkahwinan yang semakin tinggi.



## 5.0 PEMBENTANGAN KERTAS KERJA

### KERTAS KERJA 1: Lelaki itu sebenarnya...

**YBrs. Dr. Muhammad Aizuddin Abdu Mokti**  
Pegawai Perubatan,  
Klinik Pakar Perubatan Keluarga, Hospital Sultan Abdul Aziz Shah



Kadar kesuburan global telah merosot secara signifikan sejak tahun 1950 (4.9 anak per wanita) kepada paras yang kini berada di bawah tahap penggantian populasi, terutamanya di Asia yang mencatat purata hanya 1.87 anak. Pada tahun 2024, tiga negara dengan kadar kesuburan paling rendah di dunia ialah Taiwan, Korea Selatan dan Singapura yang semuanya dari Asia. Ini menunjukkan cabaran demografi yang semakin kritikal di rantau ini.

Menurut laporan WHO (2021), lelaki menyumbang sebanyak 40% hingga 50% daripada keseluruhan kes ketidaksuburan. Kajian oleh Hospital Universiti

Kebangsaan Malaysia (HUKM) pada tahun yang sama turut menunjukkan bahawa 1 daripada 10 lelaki mempunyai kualiti sperma yang rendah. Sperma yang sihat lazimnya ditentukan melalui beberapa ciri utama iaitu :-

- a. isipadu air mani yang normal;
- b. jumlah sperma sekurang-kurangnya 16 juta per mililiter; dan
- c. pergerakan yang aktif, serta bentuk yang normal.

Data ini menekankan kepentingan kesedaran dan penjagaan kesihatan reproduktif dalam kalangan lelaki sebagai sebahagian daripada usaha menangani isu kesuburan secara menyeluruh. Faktor sosial seperti peningkatan pendidikan, wanita bekerja, perkahwinan lewat, kekangan masa keluarga, dan fenomena DINK (Dual Income, No Kids) menyumbang kepada penurunan kadar kesuburan dalam masyarakat moden.

Faktor biologi dan kesihatan seperti obesiti, gangguan hormon, suhu testis yang tinggi akibat perut buncit, tekanan oksidatif, serta masalah ereksi boleh menjejaskan kesuburan lelaki. Selain itu, pendedahan kepada bahan kimia dan persekitaran (EDC), rawatan perubatan tertentu, serta peningkatan usia dimana kualiti sperma mula merosot selepas umur 40 tahun juga memainkan peranan penting.

Pengambilan nutrien seperti selenium, omega-3, zink, folat serta vitamin C, D dan E terbukti dapat meningkatkan kualiti sperma dan menyokong kesuburan lelaki. Amalan gaya hidup sihat termasuk menjaga berat badan, mengelakkan rokok, alkohol dan dadah, mengurangkan pendedahan kepada bahan kimia dan haba, serta menjalani pemeriksaan kesuburan selepas setahun berkahwin tanpa zuriat amat digalakkan.

### Sesi Soal Jawab:

**Soalan:** Bolehkah seorang lelaki yang kelihatan sihat secara fizikal dari luaran tetap mengalami masalah kesuburan?

**Jawapan:** Seorang lelaki yang kelihatan sihat secara fizikal dan mempunyai BMI normal masih boleh mengalami masalah kesuburan. Faktor seperti merokok, kehadiran varikokel, pengambilan steroid, serta pendedahan berpanjangan kepada haba boleh menjejaskan kualiti dan fungsi sperma. Oleh itu, penilaian kesuburan secara klinikal tetap penting walaupun tiada tanda luaran yang jelas.



## KERTAS KERJA 2: Membina Generasi Masa Depan: Dasar dan Insentif untuk Kesejahteraan Keluarga di Selangor

**Puan Norazilawati Md Azizi**  
**Penolong Pengarah Seksyen Sektor**  
**Unit Perancang Ekonomi Negeri Selangor (UPEN)**



Keluarga membentuk masyarakat yang stabil, memupuk individu yang menyumbang kepada kekuatan dan ketahanan masyarakat. Kajian juga menunjukkan keluarga yang sejahtera menghasilkan ahli masyarakat yang lebih sihat, berjaya dan bahagia, justeru ia dapat membina masyarakat yang lebih berdaya tahan.

Selangor adalah negeri yang maju dan menghadapi cabaran demografi jangka panjang dengan kadar kelahiran yang semakin menurun dan populasi yang semakin tua. Ini mengakibatkan pengecilan saiz keluarga dan meningkatkan tekanan kepada sistem sokongan sosial.

Cabaran utama keluarga di negeri ini adalah kos sara hidup yang semakin meningkat, masa berkualiti dan akses kepada penjagaan kanak-kanak terhad serta tekanan kerja dan kehidupan yang memberi kesan kepada kesihatan mental.

Dasar yang telah diperkenalkan di negeri Selangor yang menyumbang kepada kesejahteraan keluarga adalah :-

- i. Dasar & Pelan Tindakan Wanita Selangor (2024 -2026),
- ii. Dasar Perumahan Mampu Milik (Rumah Selangorku)
- iii. Dasar Pendidikan Awal Kanak-Kanak (Tunas Selangor)
- iv. Dasar Ekonomi Penjagaan Negeri Selangor
- v. Dasar Mesra Orang Kurang Upaya (OKU) Selangor (dalam pembangunan)

Terdapat 6 kluster utama Iltizam Selangor Penyayang bagi insentif dan program sokongan untuk keluarga iaitu:

- i. Iltizam Pembedayaan Rakyat Selangor
- ii. Iltizam Kesihatan Selangor
- iii. Iltizam Pendidikan Selangor
- iv. Iltizam Mesra Anak Selangor
- v. Iltizam Perumahan Selangor: Kunci Kediaman Idaman
- vi. Iltizam Keusahawanan Selangor: Memperkasa Ekonomi Tempatan.

Di bawah Iltizam Kesihatan Selangor, antara lain disediakan Program Saring Selangor menawarkan pelbagai saringan kesihatan termasuk ujian tekanan darah, gula darah (HbA1c), air kencing, pemeriksaan mata, kesihatan mental, serta saringan kanser serviks, payudara dan kolorektal. Iltizam Selangor Sihat pula menyediakan rawatan asas, vaksinasi terpilih, dan perlindungan kesihatan kepada 100,000 rakyat Selangor berpendapatan rendah (B40) melalui klinik berdaftar.

Bantuan Kehidupan Kesejahteraan Selangor (BINGKAS) pula adalah bagi membantu pelajar dari keluarga berpendapatan rendah mendapatkan akses pendidikan berkualiti, termasuk biasiswa, pinjaman, dan sumbangan zakat. Melalui skim Asuh Pintar, ibu bapa yang memenuhi syarat kelayakan akan menerima bantuan

yuran TASKA atau Nurseri anak-anak mereka yang berusia 4 tahun ke bawah sebanyak RM100 setiap bulan. Bantuan yuran tersebut akan dibayar terus kepada TASKA atau Nurseri.

Mengambil kira keperluan perumahan yang semakin mendesak, Skim Smart Sewa Selangor membolehkan golongan berpendapatan rendah dan sederhana menyewa rumah pada kadar berpatutan sambil mengumpul simpanan untuk bayaran pendahuluan pembelian rumah melalui pulangan 30% daripada jumlah sewaan.

**Sesi Soal Jawab:**

**Soalan:** Memandangkan Selangor sedang menuju status negeri menua, apakah inisiatif yang telah diambil oleh Kerajaan Negeri Selangor dalam memperkukuh penjagaan warga emas, khususnya dalam aspek perkhidmatan penjagaan?

**Jawapan:** Tindakan menukar dewan komuniti kepada Pusat Aktiviti Warga Emas (PAWE) membolehkan warga emas menjalani aktiviti harian dalam suasana yang inklusif dan mesra komuniti, selaras dengan usaha Kerajaan Negeri Selangor untuk mewujudkan PAWE di setiap kawasan DUN sebagai inisiatif memperkasakan kesejahteraan warga emas secara menyeluruh.

## KERTAS KERJA 3: Nikah Muda, Keluarga Bahagia: Cabaran Mengimbangi Kos Sara Hidup dan Keluarga

**Encik Md Noh Saiman**

**Ketua Penolong Pengarah, Bahagian Kesejahteraan Keluarga, LPPKN**



Menurut data DOSM Malaysia, purata umur perkahwinan ialah 31.1 tahun bagi lelaki dan 29.1 tahun bagi perempuan, walaupun secara biologi, keinginan dan kematangan untuk berkahwin boleh bermula seawal usia 18 tahun. Sekiranya perkahwinan ditangguhkan, kadar kesuburan mungkin menurun berbanding jika berkahwin pada usia lebih muda dan subur. Data daripada Jabatan Pendaftaran Negara menunjukkan jumlah perkahwinan yang menurun iaitu 215,022 (2022) kepada 188,100 (2023).

Keluarga bahagia menjadi idaman setiap pasangan tetapi kerjaya lebih menjadi tumpuan orang muda. Kos sara hidup yang tinggi menjadi cabaran utama. Isu ini perlu dilihat daripada sudut yang pelbagai iaitu ekonomi, sosial, psikologi dan

agama.

Hidup berumah tangga menuntut kesediaan untuk berkongsi suka dan duka bersama, namun realitinya tidak setiap hari dipenuhi kebahagiaan, ia memerlukan komitmen, kesabaran, dan usaha berterusan dari kedua-dua pihak.

Nikah muda memberi peluang membina keluarga lebih awal, memperoleh sokongan emosi dan rohani, menyesuaikan diri dengan lebih mudah, serta menikmati tempoh yang panjang untuk membina kerjaya dan kehidupan bersama.

Strategi mengimbangi kos sara hidup melibatkan perancangan kewangan awal, amalan menabung dan pengurusan hutang yang bijak, peningkatan literasi kewangan, sokongan daripada keluarga dan komuniti, serta komunikasi dan toleransi dalam membuat keputusan bersama.

Nikah muda bukanlah penghalang kebahagiaan, kerana dengan perancangan kewangan yang bijak, komunikasi yang terbuka, serta kasih sayang dan toleransi yang kukuh, pasangan muda mampu membina rumah tangga yang stabil dan penuh makna.



## CADANGAN KEPADA KERAJAAN NEGERI SELANGOR DAN PIHAK BERKEPENTINGAN

### 1. Mewujudkan Dasar dan Ekosistem Mesra Keluarga di Peringkat Negeri

- Memperkukuh pelaksanaan **Dasar Keluarga Negara (DKN)** di peringkat negeri selaras dengan pelaksanaan **Rancangan Selangor 2 (RS-2) 2026–2030**.
  - Menubuhkan **Majlis Keluarga Negeri Selangor** sebagai platform penyelaras antara agensi Kerajaan, swasta dan Badan Bukan Kerajaan untuk memantau dasar serta program berkaitan keluarga dan kesuburan.
- 

### 2. Mengurangkan Tekanan Ekonomi dan Kos Hidup Pasangan Muda

- **Insentif Perkahwinan Selangor:** memperkenalkan skim bantuan kos perkahwinan melalui kerjasama dengan vendor *wedding planner*, masjid, dan dewan komuniti.
  - **Perumahan Mesra Pasangan Muda:** perluasan *Smart Sewa Selangor* dan *Rumah Selangorku* dengan kuota khas bagi pasangan bawah 35 tahun.
  - **Subsidi Penjagaan Anak:** memperluas Skim **Asuh Pintar Selangor** kepada pasangan bekerja yang berpendapatan sederhana (M40 bawah).
  - Menggalakkan **majikan negeri dan GLC** memperkenalkan faedah kerja fleksibel, cuti bersalin/susuan lebih panjang, dan *family day benefits* bagi mengurangkan konflik kerja–keluarga.
- 

### 3. Memperkasa Kesihatan Reproduktif dan Kesedaran Kesuburan

- Menyediakan **Saringan Kesihatan Reproduktif Percuma** untuk bakal pengantin dan pasangan muda melalui Klinik LPPKN dan Program *Saring Selangor*.
- Menubuhkan “**Selangor Fertility Support Fund**” bagi membantu pasangan yang memerlukan rawatan kesuburan primer.
- Mengintegrasikan modul pendidikan kesihatan reproduktif dan ilmu keibubapaan dalam program sekolah, IPT, dan *Program Khidmat Negara 2.0*.
- Kempen kesedaran kesuburan dan perkahwinan sihat melalui media sosial, khususnya disasarkan kepada Gen Z dan milenial.

#### 4. Membangun Sokongan Sosial dan Pendidikan Kekeluargaan

- Melaksanakan **Program Literasi Keluarga dan Emosi (LiKE Selangor)** di sekolah, kolej vokasional dan IPT bagi mendidik remaja tentang hubungan sihat, tanggungjawab perkahwinan, dan pengurusan emosi.
  - Mewujudkan **Pusat Kaunseling dan Sokongan Keluarga (PKSK)** di setiap daerah dengan kolaborasi LPPKN dan Jabatan Agama Islam Selangor (JAIS).
  - Menggalakkan PIBG melaksanakan **modul keibubapaan awal** semasa pendaftaran Tahun 1.
- 

#### 5. Memperkasakan Golongan Belia dan Gen Z

- Melibatkan belia dalam perbincangan dasar melalui **Majlis Belia Selangor x Keluarga**, khusus untuk memberi input tentang perkahwinan, pekerjaan, dan gaya hidup.
  - Memperluas program mentor (*life coach*) dan ikon belia berjaya berkeluarga sebagai inspirasi kepada generasi muda.
  - Menyediakan dana khas untuk **aktiviti sosial sihat dan komuniti** bagi menggalakkan interaksi fizikal dan mengurangkan “relationship recession”.
- 

#### 6. Pembangunan Penyelidikan dan Data Kependudukan Negeri

- Menubuhkan **Pusat Data Demografi dan Keluarga Selangor (SeDaF)** untuk menjejak tren perkahwinan, kelahiran, dan kesuburan secara tahunan di peringkat DUN.
  - Meningkatkan kerjasama penyelidikan antara **UPEN, LPPKN, DOSM–universiti tempatan** bagi menilai kesan dasar negeri terhadap trend kependudukan.
  - Mengadakan **Kajian Longitudinal Keluarga Selangor (2026–2036)** bagi memantau perubahan struktur keluarga dan keperluan sokongan sosial.
- 

#### 7. Pemerksaan Warga Emas dan Keluarga Pelbagai Generasi

- Meluaskan penubuhan **Pusat Aktiviti Warga Emas (PAWE)** ke semua DUN dan memperkenalkan **PAWE Keluarga Intergenerasi**, menggabungkan aktiviti warga emas dan remaja.
- Menyediakan latihan penjagaan (*caregiving training*) kepada ahli keluarga melalui Dasar Ekonomi Penjagaan Negeri Selangor.

## **8. Pendekatan Komunikasi Strategik dan Advokasi**

- Menjalankan **Kempen “Selangor Sejahtera Bersama Keluarga”** secara berterusan di media massa dan digital.
- Memanfaatkan pengaruh selebriti, pempengaruh, dan ikon Gen Z untuk menyampaikan mesej nilai kekeluargaan dan kesediaan berumah tangga.



## 6.0 PROMOSI DAN LIPUTAN MEDIA

KENYATAAN MEDIA SEMPERA SEMINAR KEPENDUDUKAN NEGERI  
SELANGOR 2025 (SKNS 2025)

TENAGA MUDA ASET NEGERI: EKOSISTEM MESRA KELUARGA KUNCI  
TANGANI CABARAN DEMOGRAFI DI SELANGOR



**SHAH ALAM, 26 Ogos 2025** – Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN) dengan kerjasama Kerajaan Negeri Selangor melalui portfolio Pembangunan Wanita dan Kebajikan Masyarakat serta Unit Perancang Ekonomi Negeri (UPEN) telah menganjurkan **Seminar Kependudukan Negeri Selangor 2025 (SKNS 2025)** bersempena Sambutan Hari Penduduk Sedunia 2025. Program ini merupakan siri kedua selepas penganjuran sulung pada tahun lalu dan diadakan bagi memperkukuh kesedaran masyarakat terhadap isu serta cabaran kependudukan di negeri ini.

Penganjuran SKNS 2025 bertujuan meningkatkan kesedaran mengenai isu kependudukan, selain menjadi platform perbincangan strategik yang

menghimpunkan penggubal dasar, ahli akademik, sektor swasta, pertubuhan bukan kerajaan (NGO) dan masyarakat untuk berkongsi pandangan serta merangka cadangan penyelesaian yang berkesan. Melalui seminar ini, LPPKN berhasrat untuk memperkukuh dasar dan intervensi yang menyokong institusi keluarga, khususnya bagi generasi muda.

Selangor kekal sebagai negeri yang mencatat jumlah penduduk tertinggi di Malaysia iaitu seramai 7.2 juta orang atau 21.6 peratus daripada jumlah keseluruhan penduduk negara. Namun, negeri ini berdepan dengan kadar kesuburan jumlah (TFR) yang rendah iaitu 1.5 anak, jauh di bawah paras penggantian generasi iaitu 2.1 anak. Statistik menunjukkan berlaku penurunan kelahiran hidup sebanyak 7.2 peratus pada tahun 2022 berbanding 2021. Selain itu, trend perkahwinan lewat dalam kalangan generasi muda, khususnya Generasi Z, turut menyumbang kepada penurunan kadar kesuburan tersebut.

Bagi tahun ini, SKNS memberi tumpuan kepada tema “**Membentuk Keluarga dalam Kalangan Generasi Z**”. Generasi Z yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012 kini merupakan tonggak penting masa depan negara. Namun, mereka berdepan cabaran membina keluarga yang stabil dan lestari akibat faktor seperti keutamaan kepada pendidikan tinggi, kestabilan kerjaya serta kos sara hidup yang meningkat. Seminar ini membincangkan cabaran-cabaran tersebut serta mengenal pasti bentuk sokongan dan intervensi yang wajar disediakan bagi membantu mereka membina keluarga secara lebih bermakna.

Dalam konteks dasar, LPPKN kini dalam proses menggubal Dasar Keluarga Negara dan Pelan Tindakan 2026–2030 bagi memperkukuh institusi keluarga di Malaysia. Dasar ini akan menjadi panduan bersama antara Kerajaan Persekutuan dan Kerajaan Negeri dalam melaksanakan program berimpak tinggi yang memberi manfaat kepada kesejahteraan keluarga. Selari dengan itu, Kerajaan Negeri Selangor juga sedang memuktamadkan Rancangan Selangor 2 (RS-2) 2026 hingga 2030, iaitu sebuah pelan pembangunan menyeluruh yang memberi perhatian kepada kesejahteraan semua lapisan umur, daripada generasi muda hinggalah warga emas.

Melalui penganjuran SKNS 2025, LPPKN berharap hasil pembentangan dan perbincangan yang berlangsung dapat menjadi asas kukuh dalam penggubalan dasar serta pelaksanaan intervensi yang lebih berkesan bagi menangani isu kependudukan, kekeluargaan dan kesihatan reproduktif, khususnya di negeri Selangor.

Turut hadir pada majlis ini ialah YBrs. Puan Juwairiya Zulkifli, Timbalan Pengerusi LPPKN, YBrs. Encik Hairil Fadzly Md. Akir, Timbalan Ketua Pengarah (Dasar) LPPKN, YBrs. Dr. Norhana binti Abdul Majid, Timbalan Pengarah, Seksyen Sektor Unit Perancang Ekonomi Negeri (UPEN) Selangor, Puan Nafishah Abdullah, Pengarah LPPKN Negeri Selangor serta Encik Adzmel Mahmud, Pengarah Bahagian Penyelidikan Kependudukan dan Keluarga LPPKN.



MOHD IZZATUL IZUAN TAHIR [Follow](#)

26 Ogos 2025 07:51pm

Masa membaca: 2 minit



Utama **Nasional** Laporan Khas Ekonomi Jenayah Dunia Sukan Hiburan Highlights

# Kadar kesuburan wanita di Selangor menurun, pusat subfertiliti akan dibangunkan

Nasional - Dicipta: 27 Ogos 2025 12:49 AM



Seminar Ke

Seminar Kependudukan Negeri Selangor di Shah Alam

# Tahap kesuburan wanita, kelahiran anak di Selangor membimbangkan



ANFAAL Saari bergambar dengan peserta program Seminar Kependudukan Negeri Selangor (SKNS) di Shah Alam, Selangor hari ini.--UTUSAN/ISKANDAR SHAH MOHAMED



mediaselangor • Follow



mediaselangor 9 w

Trend kahwin lewat dikenal pasti menjadi antara punca utama kadar kesuburan rendah di Selangor, iaitu hanya 1.5 anak bagi setiap wanita, jauh di bawah paras penggantian generasi 2.1.

EXCO Kebajikan Masyarakat @anfaalsaari berkata, perkahwinan pada usia lewat mengurangkan tempoh produktif generasi muda, yang lazimnya terhad sebelum mencecah usia 40 hingga 50 tahun.

"Generasi Z berdepan cabaran seperti memberi keutamaan kepada pendidikan tinggi, kestabilan kerjaya serta kos sara hidup yang meningkat. Faktor-faktor ini sekali gus menyumbang kepada kadar kesuburan yang rendah," katanya.

Dalam konteks dasar, katanya Lembaga



1,430 likes

26 August

Log in to like or comment.

## 7.0 TINJAUAN PENDAPAT GEN Z

Satu tinjauan pendapat telah dilaksanakan semasa SKNS 2025. Tujuan tinjauan ini adalah untuk mengetahui pandangan mereka berkaitan umur perkahwinan yang sesuai, sebab berkahwin lewat dan adakah mereka mendapat pengetahuan berkaitan pembentukan keluarga dalam sesi forum serta pembentang kertas kerja dan akhirnya ingin melihat adakah mereka berminat untuk membina keluarga.

Responden tinjauan pendapat ini adalah terdiri daripada golongan muda yang hadir SKNS dalam kalangan umur bawah 30 tahun. Seramai 71 orang responden telah mengambil bahagian dalam tinjauan ini dengan 73.2% adalah lelaki dan 26.8% adalah perempuan. Hampir keseluruhan responden adalah kaum Melayu (97.2%), dan lain-lain (2.8%).

Hanya tiga soalan ditanya dalam tinjauan pendapat ini seperti berikut:

- 1) Berapakah umur yang sesuai untuk berkahwin.
- 2) Sebab-sebab berlakunya kahwin lewat.
- 3) Selepas mendapat maklumat dari sesi forum ini, adakah anda berkeinginan untuk berkahwin lebih awal.

### **Dapatan Tinjauan Pendapat**

#### **1. Umur sesuai untuk berkahwin**

- 60.6% menyatakan umur diantara 20 hingga 25 tahun
- 36.6% menyatakan umur 26 hingga 30 tahun
- 2.8% menyatakan umur antara 31 hingga 35 tahun

#### **2. Sebab Berkahwin Lewat**

- 35.2% disebabkan kos sara hidup yang tinggi dan ekonomi masih belum kukuh
- 19.7% mengutamakan pendidikan bagi menjamin kerjaya yang baik pada masa hadapan
- 12.7% ingin berbakti kepada ibu bapa
- 4.2% sukar mendapat pasangan yang sesuai
- 1.4% mengikut trend masa kini dan memilih gaya hidup bebas atau “single

lifestyle”

- 26.8% lain-lain

### 3. Keinginan Untuk Berkahwin Lebih Awal (usia muda) selepas mendapat pendedahan maklumat daripada SKNS 25

- 70.4% bersetuju
- 29.6% tidak bersetuju



# 8.0 TINJAUAN PENDAPAT UMUM

## PENEMUAN TINJAUAN PENDAPAT UMUM SEMPENA SAMBUTAN HARI PENDUDUK SEDUNIA 2025 BAGI NEGERI SELANGOR



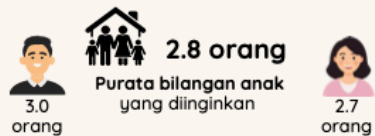
“Memperkasakan Golongan Muda untuk Membentuk Keluarga yang Mereka Inginkan Dalam Dunia yang Adil dan Penuh Harapan”

Bersempena dengan Sambutan Hari Penduduk Sedunia 2025, Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN) telah menjalankan tinjauan pendapat umum secara dalam talian pada 11 Julai hingga 30 Ogos 2025 bagi memahami aspirasi, halangan dan harapan masyarakat terhadap keinginan untuk mempunyai anak. Seramai 337 responden yang terdiri daripada warganegara Malaysia dari Negeri Sembilan berumur 18 tahun dan ke atas telah terlibat dalam tinjauan ini, merangkumi 207 responden berkahwin (lelaki: 87 orang, wanita: 120 orang) dan 130 responden bujang (lelaki: 44 orang, wanita: 86 orang).

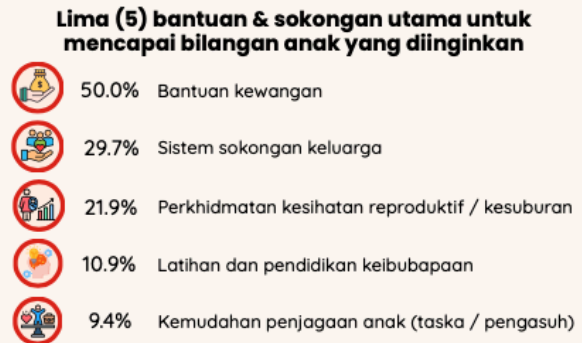
### LENSA PENDUDUK BERKAHWIN



**Harapan mencapai saiz keluarga yang diinginkan**  
Harapan saya adalah untuk mempunyai sebuah keluarga yang sederhana dari segi saiz, mungkin dua atau tiga orang anak. Bagi saya, yang lebih penting adalah kualiti masa dan perhatian yang boleh saya beri kepada setiap ahli keluarga. Saya percaya keluarga yang bahagia tidak semestinya besar, tetapi harus dipenuhi dengan kasih sayang, komunikasi, dan sokongan yang kuat.



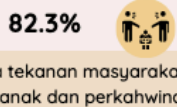
-Lelaki, 38 tahun, Selangor



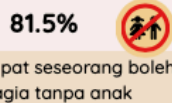
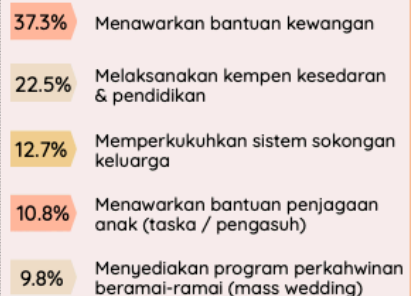
### LENSA PENDUDUK BUJANG



**Persepsi masyarakat terhadap perkahwinan & pentingnya mempunyai anak**



**Lima (5) cadangan utama menggalakkan pasangan muda mempunyai anak**



**Untuk keterangan lanjut:**  
BAHAGIAN PENYELIDIKAN KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA  
Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara  
(Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat)  
**Terbitan : NOVEMBER 2025**

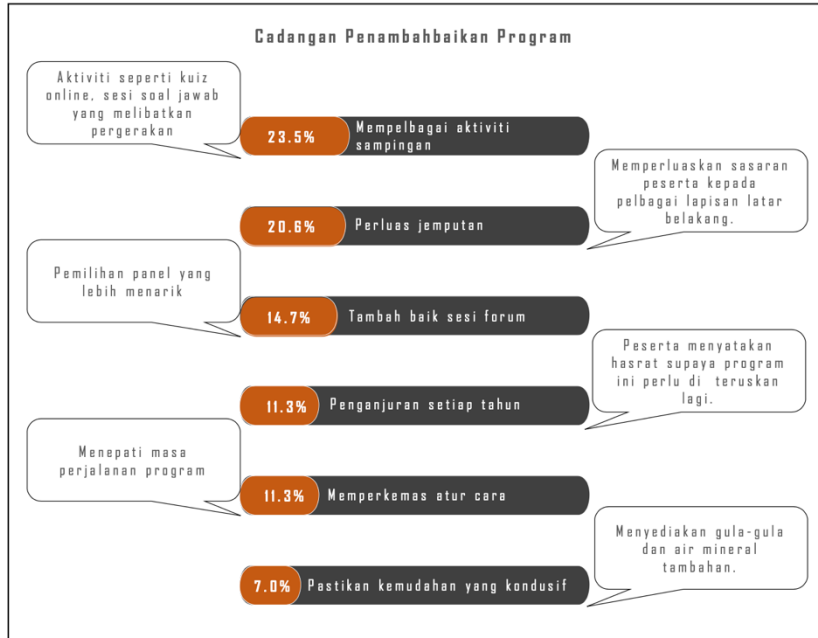
Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara

@lppkn\_pop

www.lppkn.gov.my

# 9.0 MAKLUM BALAS PESERTA

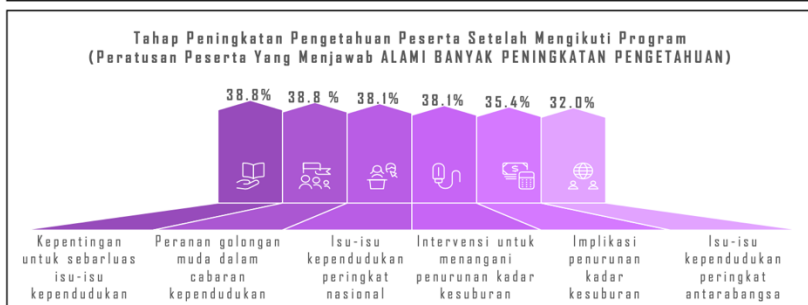
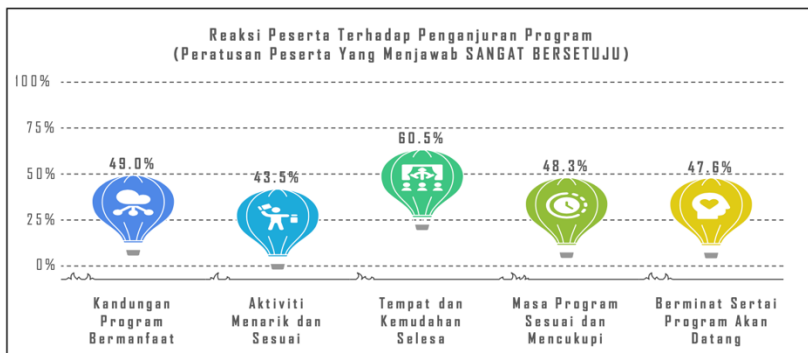
## MAKLUM BALAS PESERTA PROGRAM SAMBUTAN HARI PENDUDUK SEDUNIA 2025 PERINGKAT NEGERI SELANGOR



### Program Dianggap Sesuai Dianjurkan Bagi Meraikan Sambutan Hari Penduduk Sedunia Pada Tahun Akan Datang

| Program   | %     |
|---|-------|
| Pertandingan/ Peraduan/ Anugerah Takah                | 26.7% |
| Aktiviti Kemasyarakatan                               | 16.7% |
| Larian / Fun Run Bertemakan Kependudukan/Sukaneka     | 16.7% |
| Kempen / Siri Jelajah ke Peringkat Komuniti / Hebahan | 16.7% |
| Festival / Karnival Kependudukan Skala Besar          | 10.0% |
| Kolaborasi Program Dengan Agensi Lain / Swasta        | 3.3%  |

## MAKLUM BALAS PESERTA PROGRAM SAMBUTAN HARI PENDUDUK SEDUNIA 2025 PERINGKAT NEGERI SELANGOR



### SAMPEL PESERTA

147 Peserta

| JANTINA           | KATEGORI UMUR         |
|-------------------|-----------------------|
| Lelaki ♂ 51.0%    | 18 - 24 tahun 47.6%   |
| Perempuan ♀ 49.0% | 25 - 34 tahun 19.1%   |
|                   | 35 - 59 tahun 32.0%   |
|                   | 60 tahun ke atas 1.4% |

| KATEGORI PESERTA  | Peratusan |
|---|-----------|
| Wakil Kementerian / Agensi Kerajaan / Kerajaan / Badan Berkanun / GLC | 48.3%     |
| Pelajar   | 47.0%     |
| NGO   | 3.4%      |
| Badan Swasta  | 1.4%      |