

SUKAN MALAYSIA XX, JOHOR 2020
PERATURAN PERTANDINGAN OLAHRAGA
(LELAKI & WANITA)

1.0 PERATURAN AM

- 1.1 Selain daripada Syarat-syarat Pengawalan Teknikal yang terkandung, pertandingan ini akan dijalankan mengikut Peraturan Pertandingan **KESATUAN OLAHRAGA MALAYSIA (KOM)**.
- 1.2 Sekiranya berlaku sebarang perselisihan dari segi pentafsirannya, maka Undang-Undang dalam Bahasa Inggeris yang terkini akan dipatuhi.
- 1.3 Kejadian di luar jangkauan dan tidak dinyatakan dalam peraturan berkenaan akan diputuskan seperti berikut :-
 - 1.3.1 Sebarang kejadian am akan diputus berasaskan kepada **PERATURAN AM SUKAN MALAYSIA XX, JOHOR 2020**.
 - 1.3.2 Sebarang perselisihan teknikal akan diputuskan oleh Jawatankuasa Khas Teknikal SUKAN MALAYSIA XX, JOHOR 2020 berasaskan kepada KOM.
- 1.4 Semua keputusan yang dibuat oleh Jawatankuasa Khas Teknikal SUKAN MALAYSIA XX, JOHOR 2020 adalah muktamad.

2.0 TARIKH PERTANDINGAN



3.0 TEMPAT PERTANDINGAN

4.0 PENYERTAAN

4.1 Penyertaan adalah terhad kepada pasukan-pasukan negeri dan kontinjen yang dipersetujui oleh Majlis Sukan Malaysia sebagai kontinjen jempunan. Penyertaan mestilah dibuat melalui Majlis Sukan Negeri.

4.2 Setiap kontinjen hanya boleh mendaftarkan satu (1) pasukan lelaki dan satu (1) pasukan wanita terdiri daripada berikut :-

PERANAN	LELAKI	WANITA
Pengurus	1 orang	-
Pegawai	3 orang	3 orang
Atlet	40 orang	40 orang
JUMLAH	44 orang	43 orang

4.3 Setiap kontinjen mesti melantik sekurang-kurangnya seorang jurulatih yang berlainan jantina dari 4 orang yang dibenarkan.

4.4 Seorang peserta hanya boleh didaftar untuk menyertai tiga (3) acara perseorangan dan dua (2) acara berpasukan.

4.5 Setiap pasukan dibenarkan menghantar dua(2) peserta bagi setiap acara individu dan satu(1) pasukan bagi acara berpasukan.



5.0 KELAYAKAN PESERTA

- 5.1 Hanya peserta yang lahir pada **1 Januari 1999 dan selepasnya** sahaja yang layak didaftarkan oleh sesuatu pasukan.
- 5.2 Semua pasukan hendaklah mengemukakan dua (2) salinan kad pengenalan Awam/Polis/Tentera dan tiga (3) keping gambar berukuran passport bagi setiap peserta bersama dengan borang pendaftaran.
- 5.3 Hanya peserta yang didaftarkan dengan yuran pendaftaran RM150.00 seorang mengikut **Peraturan Am Perkara 6.2** sahaja yang layak menyertai pertandingan ini.
- 5.4 Selepas Mesyuarat Pendaftaran Delegasi (DRM) penggantian tidak lagi dibenarkan. Bagi kes-kes kecederaan, penggantian mestilah disertakan bersama laporan perubatan daripada Hospital Kerajaan untuk dipertimbangkan oleh Jawatankuasa Khas Teknikal. Penggantian atlet mestilah daripada senarai atlet yang telah didaftarkan dalam senarai pendaftaran panjang pada 9 Januari 2020
- 5.5 Tertakluk kepada **Peraturan Am Perkara 21.9**, Atlet-atlet yang berkhidmat dengan PDRM tidak boleh mewakili mana-mana kontinjen / negeri kecuali mendapat kebenaran bertulis daripada Majlis Sukan PDRM. Manakala bagi atlet-atlet yang berkhidmat dengan Angkatan Tentera Malaysia (ATM) adalah tertakluk kepada Pekeliling Majlis Sukan Angkatan Tentera dimana anggota tetap hendaklah mewakili negeri tempat bertugas dan anggota kerahan mewakili negeri asal mereka kecuali mendapat kebenaran bertulis. Walau bagaimanapun, pelepasan mewakili negeri asal untuk anggota tetap dibenarkan sekiranya tawaran



jawatan diterima selepas tarikh tutup pendaftaran senarai panjang (longlist).

- 5.6 Atlet-atlet yang menuntut di Institusi Pengajian Tinggi (IPT) yang mendapat tajaan dermasiswa/biasiswa Kerajaan Negeri hendaklah dibenarkan mewakili negeri yang menaja mereka.
- 5.7 Kelayakan atlet kebangsaan adalah merujuk kepada **Peraturan Am Perkara 4.6**, SUKAN MALAYSIA XX, JOHOR 2020.
- 5.8 Taraf pemastautin peserta adalah tertakluk kepada **Peraturan Am Perkara 21.5**.

6.0 TAKLIMAT PENGURUS PASUKAN

- 6.1 Taklimat Pengurus Pasukan akan diadakan satu (1) hari sebelum pertandingan pertama dijalankan iaitu pada
- 6.2 Pengurus-pengurus pasukan dikehendaki mengemukakan senarai nama peserta bersama dengan kad pengenalan Awam/Polis/Tentera.
- 6.3 Senarai peserta yang disahkan semasa Taklimat Pengurus Pasukan adalah muktamad.

7.0 ACARA-ACARA

- 7.1 Pertandingan ini terbahagi kepada acara-acara seperti berikut :-

Kategori Lelaki

Kategori Wanita



Bil	Acara
Balapan	
1	100m
2	200m
3	400m
4	800m
5	1,500m
6	5,000m
7	10,000m
8	Dekathlon
9	110m & 100m Lari Berpagar
10	400m Lari Berpagar
11	3,000m Lari Berhalangan
12	10,000m Lumba Jalan Kaki
13	20,000m Lumba Jalan Kaki
14	4 x 100m Lari Berganti
15	4 x 400m Lari Berganti

Bil	Acara
Balapan	
1	100m
2	200m
3	400m
4	800m
5	1,500m
6	5,000m
7	Hepthatlon
8	110m & 100m Lari Berpagar
9	400m Lari Berpagar
10	3,000m Lari Berhalangan
11	5,000m Lumba Jalan Kaki
12	10,000m Lumba Jalan Kaki
13	4 x 100m Lari Berganti
14	4 x 400m Lari Berganti

Kategori Lelaki

Bil	Acara
Padang	
17	Lompat Tinggi
18	Lompat Jauh
19	Lompat Kijang
20	Lompat Bergalah
21	Lontar Peluru

Kategori Wanita

Bil	Acara
Padang	
15	Lompat Tinggi
16	Lompat Jauh
17	Lompat Kijang
18	Lompat Bergalah
19	Lontar Peluru



22	Lempar Cakera
23	Rejam Lembing
24	Baling Tukul Besi

20	Lempar Cakera
21	Rejam Lembing
22	Baling Tukul Besi

8.0 SISTEM PERTANDINGAN

- 8.1 Bagi ketinggian pagar dalam acara berpagar Lelaki/Wanita akan menggunakan had ketinggian seperti yang digunakan dalam mana-mana pertandingan senior.
- 8.2 Bagi berat alat-alatan sukan seperti Peluru, Cakera dan Lembing Lelaki/Wanita dan acara Baling Tukul Besi juga akan menggunakan kategori berat yang digunakan dalam mana-mana pertandingan senior.
- 8.3 Ketinggian dalam acara Lompat Tinggi Lelaki/Wanita, dan Lompat Bergalah Lelaki/Wanita serta jarak papan lonjak dalam acara Lompat Kijang Lelaki/Wanita adalah seperti berikut :-

8.3.1 Lompat Tinggi Lelaki

Untuk latihan, ketinggian palang adalah **1.65** meter. Untuk pertandingan ketinggian palang akan bermula 1.70 meter yang kemudiannya dinaikkan seperti yang ditetapkan.

8.3.2 Lompat Tinggi Wanita

Untuk latihan, ketinggian palang adalah 1.35 meter. Untuk pertandingan ketinggian palang akan bermula pada 1.40



meter yang kemudiannya akan dinaikkan seperti yang ditetapkan.

8.3.3 Lompat Bergalah Lelaki

Untuk latihan acara lelaki, ketinggian palang adalah 3.00 meter. Untuk pertandingan ketinggian palang akan bermula pada 3.10 meter yang kemudiannya akan dinaikkan seperti yang ditetapkan.

8.3.4 Lompat Bergalah Wanita

Untuk latihan acara wanita, ketinggian palang adalah 1.65 meter. Untuk pertandingan tingginya palang akan bermula pada 1.75 meter yang kemudiannya akan dinaikkan seperti yang ditetapkan.

8.3.5 Lompat Kijang Lelaki/Wanita

Jarak papan lonjak dengan pangkal kawasan mendarat ialah 13 meter bagi lelaki dan 11 meter bagi wanita.

9.0 MASA MELAPORKAN DIRI

9.1 Acara Balapan

Semua peserta hendaklah melaporkan diri **di Bilik Panggilan** 30 minit sebelum acara-acara mereka bermula.

9.2 Acara Padang

Semua peserta hendaklah melaporkan diri **di Bilik Panggilan** 45 minit sebelum acara-acara mereka bermula.



- 9.3 Sebarang perubahan atau pindaan mengenai perkara 9.1 dan 9.2 akan dimaklumkan kelak.

10.0 PENGGANTIAN

- 10.1 Bagi acara Lari Berganti-ganti, mana-mana empat orang atlet dari pasukan itu boleh dibentuk sebagai pasukan lari beranti –ganti. Setelah acara itu telah bermula hanya dua orang pengganti dibenarkan untuk pusingan yang berikutnya. Komposisi dan giliran berlari peserta pasukan itu mesti diserahkan kepada bilik panggilan tidak kurang dari satu jam sebelum saringan pertama acara tersebut bermula, mengikut jadual yang di edarkan. Segala perubahan selepas penyerahan itu akan hanya boleh dibuat dengan kebenaran Pegawai Perubatan rasmi.
- 10.2 Seseorang peserta yang diterima sebagai pengganti dibenarkan mengambil bahagian dalam acara-acara yang telah didaftarkan oleh peserta yang menarik diri dan hendaklah dibuat semasa Mesyuarat Pengurus Pasukan.
- 10.3 Bagi acara (perseorangan) dan berpasukan, peserta yang telah didaftarkan sahaja yang layak mengambil bahagian. Peserta gantian tidak dibenarkan.

11.0 PEMBATALAN

- 11.1 Semua peserta yang telah melayakkan diri dari pusingan awal ke pusingan berikutnya, tidak dibenarkan menarik diri daripada menyertai acara tersebut.



11.2 Sekiranya berlaku, maka peserta berkenaan akan dibatalkan daripada pertandingan berikutnya kecuali dengan kebenaran Pegawai Perubatan rasmi (jika kecederaan).

12.0 ABJAD/NOMBOR PESERTA

12.1 Peserta tidak dibenarkan bertanding melainkan mereka memakai **BIB** ABJAD/NOMBOR yang ditentukan di hadapan dan di belakang badan. Hanya peserta-peserta **Lompatan** sahaja dibenarkan memakai satu nombor.

13.0 PERALATAN

13.1 Dalam acara Lompat Bergalah, seseorang peserta itu dibenar menggunakan galah sendiri. Semua alat pertandingan akan disediakan oleh **Jawatankuasa Pengelola kecuali dalam perkara yang terdapat dalam Peraturan 187.2 KOM dimana Wakil Teknikal berkuasa membenarkan atlet menggunakan alat sendiri dalam keadaan tertentu.**

13.2 Peserta-peserta tidak dibenar menggunakan galah peserta yang lain kecuali mendapat kebenaran daripada peserta berkenaan.

14.0 SARINGAN

14.1 Lima (5) Saringan

Hanya dua (2) peserta teratas dari setiap saringan dan enam (6) lagi peserta yang mencatat masa terbaik dari kelima-lima saringan adalah layak memasuki peringkat Separuh Akhir.



14.2 Empat (4) Saringan

Hanya tiga (3) peserta teratas dari tiap-tiap saringan dan empat (4) lagi peserta yang mencatat masa terbaik dari keempat-empat saringan layak memasuki peringkat Separuh Akhir.

14.3 Tiga (3) Peringkat Separuh Akhir

Hanya dua (2) peserta teratas dari setiap separuh akhir dan dua (2) lagi peserta yang mencatatkan masa yang terbaik dari ketiga-tiga Separuh Akhir adalah layak memasuki peringkat Akhir.

14.4 Dua (2) Peringkat Separuh Akhir

Hanya tiga (3) peserta teratas dari tiap-tiap Separuh Akhir dan dua (2) lagi peserta yang mencatatkan masa terbaik dari kedua-dua Separuh Akhir adalah layak memasuki peringkat Akhir.

15.0 PEMBAHAGIAN LORONG

15.1 Semua pembahagian lorong akan dijalankan oleh Wakil Teknikal Olahraga **berdasarkan Peraturan 166 KOM.**

15.2 Bagi pusingan pertama, setiap peserta akan diundi untuk menentukan lorong masing-masing.

15.3 Bagi pusingan berikutnya, **tiga (3) siri** undian akan dibuat seperti berikut :-



15.3.1 Undian pertama adalah untuk kumpulan empat peserta atau pasukan yang membuat pencapaian **(ranking)** terbaik untuk menduduki lorong 3, 4, 5 atau 6.

15.3.2 Undian kedua adalah untuk atlet atau pasukan tempat **(ranking)** kelima dan keenam bagi menentukan tempat di lorong 7 atau 8.

15.3.2 Undian ketiga adalah untuk dua orang atlet atau dua pasukan **(ranking)** tempat terakhir bagi menentukan tempat di lorong 1 atau 2.

15.4 Peraturan 15 adalah menjadi tanggungjawab Ketua Delegat Teknikal Olahraga.

16.0 PEGAWAI TEKNIKAL

16.1 Jawatankuasa Khas Teknikal akan melantik Ketua Delegat Teknikal dan Pegawai-pegawai Teknikal setelah berunding dengan KOM tertakluk kepada **Peraturan Am Perkara 14.1**

16.2 Keputusan Pegawai Teknikal **berdasarkan Peraturan-Peraturan Pertandingan Olahraga SUKMA dan KOM yang dapat dikaitkan** dalam setiap pertandingan adalah muktamad.

17.0 RAYUAN / TATATERTIB

17.1 Semua pasukan boleh membuat **rayuan**. Hanya Pengurus Pasukan sahaja dibenarkan membuat **rayuan**. **Rayuan** hendaklah secara



bertulis dan disertakan dengan wang bantahan sebanyak RM200.00.

17.2 Wang bantahan akan luput jika **rayuan** yang dikemukakan itu didapati tidak wajar.

17.3 Setiap **rayuan** hendaklah dihantar kepada Pengurus Kejohanan dalam masa **tiga puluh minit** selepas pengumuman keputusan rasmi dibuat. Walau bagaimanapun semua **prosedur rayuan** hendaklah mengikut amalan yang digunakan oleh **KOM di bawah Peraturan 146**.

18.0 JURI RAYUAN/TATATERTIB

18.1 Pelantikan **Panel Juri Rayuan** dan Jawatankuasa Tatatertib dan prosedur mesyuarat adalah mengikut yang digunakan oleh **Kesatuan Olahraga Malaysia (KOM)**.

18.2 **Juri Rayuan** berhak mendapatkan sebarang maklumat daripada mana-mana pihak berkaitan dengan perkara yang dibincangkan untuk membuat sesuatu keputusan.

18.3 Semua keputusan yang dibuat oleh **Juri Rayuan** Olahraga SUKAN MALAYSIA XIX PERAK 2018 adalah muktamad.

19.0 KAWASAN PERTANDINGAN

19.1 **Hanya pegawai-pegawai teknikal yang sedang bertugas dan peserta yang bertanding dalam sesuatu acara sahaja,**



dibenarkan berada dalam kawasan pertandingan untuk acara yang berkenaan.

20.0 HADIAH-HADIAH

20.1 Pingat-pingat akan disediakan seperti berikut :-

Kategori Lelaki

BIL	ACARA	PINGAT		
		EMAS	PERAK	GANGSA
1	100m	1	1	1
2	200m	1	1	1
3	400m	1	1	1
4	800m	1	1	1
5	1,500m	1	1	1
6	5,000m	1	1	1
7	10,000m	1	1	1
8	Dekathlon	1	1	1
9	110m Lari Berpagar	1	1	1
10	400m Lari Berpagar	1	1	1
11	3,000m Lari Berhalangan	1	1	1
12	10,000m Lumba Jalan Kaki	1	1	1
13	20,000m Lumba Jalan Kaki	1	1	1
14	Lompat Tinggi	1	1	1
15	Lompat Jauh	1	1	1
16	Lompat Kijang	1	1	1



17	Lompat Bergalah	1	1	1
18	Lontar Peluru	1	1	1
19	Lempar Cakera	1	1	1
20	Rejam Lembing	1	1	1
21	Baling Tukul Besi	1	1	1
22	4 x 100m Lari Berganti	1(6)	1(6)	1(6)
23	4 x 400m Lari Berganti	1(6)	1(6)	1(6)
JUMLAH		23 (33)	23 (33)	23 (33)

Kategori Wanita

BIL	ACARA	PINGAT		
		EMAS	PERAK	GANGSA
1	100m	1	1	1
2	200m	1	1	1
3	400m	1	1	1
4	800m	1	1	1
5	1,500m	1	1	1
6	5,000m	1	1	1
7	Heptatlon	1	1	1
8	100m Lari Berpagar	1	1	1
9	400m Lari Berpagar	1	1	1
10	3,000m Lari Berhalangan	1	1	1
11	5,000m Lumba Jalan Kaki	1	1	1
12	10,000m Lumba Jalan Kaki	1	1	1
13	Lompat Tinggi	1	1	1



14	Lompat Jauh	1	1	1
15	Lompat Kijang	1	1	1
16	Lompat Bergalah	1	1	1
17	Lontar Peluru	1	1	1
18	Lempar Cakera	1	1	1
19	Rejam Lembing	1	1	1
20	Baling Tukul Besi	1	1	1
21	4 x 100m Lari Berganti	1(6)	1(6)	1(6)
22	4 x 400m Lari Berganti	1(6)	1(6)	1(6)
JUMLAH		22 (32)	22 (32)	22 (32)

20.2 Pemberian pingat-pingat kemenangan adalah tertakluk kepada **Peraturan Tetap Perkara 16.3.**

Disediakan Oleh:-

Jawatankuasa Khas Teknikal

SUKAN MALAYSIA XX, JOHOR 2020

Folder SUKMA

Peraturan Pertandingan SUKMA XX, JOHOR 2020

Olahraga



REKOD KEJOHANAN
Kategori Lelaki (Acara Balapan)

Bil	Acara	Masa	Nama Atlit	Kontigen	Tempat	Tahun
1	100 Meter	10.18	Khairul Hafiz Bin Jantan	Melaka	Sarawak	2016
2	200 Meter	21.03	Khairul Hafiz Bin Jantan	Melaka	Sarawak	2016
3	400 Meter	47.34	Mohd Zaiful Zainal Abidin	Kuala Lumpur	Sabah	2002
4	800 Meter	1:52.35	G. Ampumani	ATM	Johor	1992
5	1,500 Meter	3:50.66	Mohd Jironi Riduan	Sarawak	Terengganu	2008
6	5,000 Meter	14:49.83	Munusamy Arumugam	MASUM	Pahang	1996
7	10,000 Meter	31:47.95	Munusamy Arumugam	MASUM	Pahang	1996
8	110 Meter Lari Berpagar	14.10	Rayzamsyah	Sabah	Terengganu	2008
9	400 Meter Lari Berpagar	51.79	Mohd Zafril Mohd Zusiani	Pahang	Neg. Sembilan	2004
10	3000 Meter Lari Berhalangan	9:24.06	Vikkaram a/l Sadasivam	Perak	Kedah	2006



11	10,000 Meter Jalan Kaki	45:30.90	Thiyagu a/l Manoharan	Perak	Sabah	2002
12	20,000 Meter Jalan Kaki	1:34:36.10	Thiyagu a/l Manoharan	Perak	Neg. Sembilan	2004
13	4 x 100 Meter	39.89	Pasukan Melaka	Melaka	Sarawak	2016
14	4 X 400 Meter	3:12.66	Pasukan Melaka	Melaka	Sarawak	2016

Kategori Lelaki (Acara Padang)

Bil	Acara	Jarak/Tinggi	Nama Atlit	Kontigen	Tempat	Tahun
1	Lompat Tinggi	2.21 m	Kavee Alagan a/l Anpalagan	Neg. Sembilan	Pahang	2012
2	Lompat Jauh	7.55 m	Mohd Hazuan Zainal Abidin	Perak	Sabah	2002
3	Lompat Kijang	15.75 m	Ahmad Firdaus	Kedah	Terengganu	2008
4	Lompat Bergalah	5.15 m	Iskandar Bin Alwi	Johor	Perlis	2014
5	Lontar Peluru	15.87 m	Adi Alifuddin Husin	Terengganu	Pahang	2012
6	Lempar Cakera	55.16 m	Muhammad Irfan Bin Shamshuddin	Neg. Sembilan	Sarawak	2016
7	Rejam Lembing	62.33 m	Kho Mei Kuan	Sarawak	Pulau Pinang	2000
8	Baling Tukul Besi	56.98 m	Michael Sia Sung Dak	Sarawak	Perlis	2014



Kategori Lelaki (Acara Campuran)

Bil	Acara	Mata	Nama Atlit	Kontigen	Tempat	Tahun
1	Dekathlon	6108 mata	Mohammad Luqman Bin Mohammad Zuki	Kedah	Sarawak	2016

Kategori Wanita (Acara Balapan)

Bil	Acara	Masa	Nama Atlit	Kontigen	Tempat	Tahun
1	100 Meter	11.82	Siti Fatimah Mohd Said	Johor	Terengganu	2008
2	200 Meter	24.31	Noor Eewan Syafiqah	Perak	Sarawak	2016
3	400 Meter	54.47	Siti Nur Afiqah Bt Abdul Razak	Terengganu	Perlis	2014
4	800 Meter	2:09.57	K. Ganthimathi	Pahang	Terengganu	2008
5	1,500 Meter	4:45.57	K. Ganthimathi	Pahang	Terengganu	2008
6	5,000 Meter	17:46.01	Melinder Kaur Ragbir Singh	Pulau Pinang	Melaka	2010
7	100 Meter Lari Berpagar	14.15	Moh Siew Wei	Perak	Selangor	1998
8	400 Meter Lari Berpagar	59.82	Noraseela Mohd Khalid	Selangor	Pulau Pinang	2000



9	3000 Meter Lari Berhalangan	10:55.31	Melinder Kaur	Penang	Melaka	2010
10	5,000 Meter Jalan Kaki	25:08.74	Lai Jin Sze	Sarawak	Neg.Sembilan	2004
11	10,000 Meter Jalan Kaki	52:04.30	Lai Jin Sze	Sarawak	Neg.Sembilan	2004
12	4 x 100 Meter	46.43	Pasukan Perak	Perak	Sarawak	2016
13	4 X 400 Meter	3:49.45	Pasukan Terengganu	Terengganu	Perlis	2014

Kategori Wanita (Acara Padang)

Bil	Acara	Jarak/Tinggi	Nama Atlit	Kontigen	Tempat	Tahun
1	Lompat Tinggi	1.76 m	Norliana Kamaruddin	Neg. Sembilan	Melaka	2010
2	Lompat Jauh	6.20 m	Ngew Sin Mei	Kuala Lumpur	Sabah	2002
3	Lompat Kijang	13.51 m	Ngew Sin Mei	Kuala Lumpur	Neg. Sembilan	2004
4	Lompat Bergalah	3.75 m	Roslinda Samsu	Kedah	Pulau Pinang	2000
5	Lontar Peluru	13.39 m	Rahilah Othman	Johor	Melaka	2010
6	Lempar Cakera	46.66 m	Yap Jeng Tzan	Neg.Sembilan	Terengganu	2008
7	Rejam Lembing	44.96 m	Ho Sin Hui	Sarawak	Terengganu	2008



8	Baling Tukul Besi	57.76 m	Grace Wong Xiu Mei	Sarawak	Sarawak 2016	2014
---	-------------------	----------------	--------------------	---------	--------------	------

REKOD KEJOHANAN OLAHRAGA SUKMA

Kategori Wanita (Acara Campuran)

Bil	Acara	Mata	Nama Atlit	Kontigen	Tempat	Tahun
1	Heptathlon	4453	Maslizar Shaari	Pahang	Pahang	1996

