



PROSEDUR OPERASI STANDARD (SOP) LATIHAN PASUKAN (LATIHAN BERKONTAK) DAN PERLAWANAN PERSAHABATAN LIGA MALAYSIA 2021

1. UJIAN SWAB PCR & UJIAN RTK ANTIGEN

- i. Pegawai dan pemain hendaklah menjalani Ujian Swab PCR dan keputusan yang telah disahkan oleh Doktor Pasukan hendaklah diserahkan kepada MFL. Hanya pegawai dan pemain yang disahkan negatif sahaja dibenar untuk menyertai latihan.
- ii. Ujian Swab PCR hanya perlu dibuat sekali sahaja iaitu sebelum Latihan pasukan bermula 15 Februari 2021.
- iii. Ujian RTK Antigen hendaklah diadakan dengan kekerapan dua kali dalam masa 7 hari.
- iv. Doktor pasukan hendaklah mengeluarkan surat pengesahan menyatakan pegawai dan pemain yang didaftarkan bebas dari gejala Covid-19 dan layak untuk bermain bolasepak.
- v. Semua keputusan ujian tersebut hendaklah diserahkan kepada MFL.

2. TATACARA LATIHAN

- i. Pasukan diberi pilihan untuk memilih sama ada *Home Based Training* atau *Camp Based Training*.
 - a. **Home Based Training**
 - Pegawai, pemain dan ahli keluarga dalam rumah WAJIB menjalani Ujian Swab PCR sebelum menjalani latihan.
 - Pegawai, pemain dan ahli keluarga yang keputusan negatif sahaja dibenar menyertai latihan.
 - Sepanjang tempoh *sport bubble* tersebut Pegawai, pemain dan ahli keluarga tidak dibenarkan menerima tetamu atau berkunjung ke mana-mana.
 - b. **Camp Based Training**
 - Semua pegawai dan pemain yang terlibat ditempatkan secara berpusat sepenuh masa di asrama pusat latihan.
 - Pegawai dan pemain dilarang meninggalkan pusat latihan sepanjang tempoh latihan pusat (*sport bubble*).
 - Pegawai dan pemain wajib menjalani Ujian Swab PCR pada hari pendaftaran di pusat latihan. Hanya pegawai dan pemain yang negatif sahaja dibenar menjalani latihan.
 - Penginapan: pastikan penjarakan fizikal di bilik penginapan dan pintu masuk utama sahaja dibenarkan beroperasi.

- Kafetaria: memastikan penjarakkan fizikal 1 meter, penanda jarak hendaklah disediakan di atas lantai.
- Sekiranya camp based training dihentikan (FIFA days atau cuti perayaan), maka, pegawai dan pemain pasukan hendaklah melakukan semula perkara 1 (i).
- Lif Asrama/penginapan: Penggunaan lif hendaklah dihadkan dengan penjarakan fizikal dan penanda jarak di atas lantai dan lif hendaklah sentiasa disanitasi dan disinfeksi.

3. VENUE LATIHAN

- i. Latihan digalakkan secara tertutup (pusat latihan pasukan / stadium).
- ii. Padang terbuka dibenarkan dan pasukan perlu mengemukakan pelan keselamatan kepada MFL dan melaksanakan SOP yang ketat.
- iii. Venue latihan wajib berdaftar di Kementerian Perdagangan Antarabangsa dan Industri (MITI) melalui pautan notification.miti.gov.my. Bukti pendaftaran hendaklah diserahkan kepada MFL.
- iv. Memakai pelitup muka atau *facemask* ketika tiba dan balik dari venue latihan.
- v. *Facemask* hanya boleh ditanggalkan apabila latihan dimulakan.
- vi. Pastikan mendaftar di venue latihan menggunakan imbasan QR code di aplikasi MySejahtera yang dipaparkan melalui telefon bimbit masing-masing.
- vii. Kaunter saringan hendaklah dibuka di pintu masuk.
- viii. Wajib membersihkan tangan menggunakan sanitizer sebelum masuk dan selepas meninggalkan venue.
- ix. Pegawai dan pemain yang mencatatkan suhu badan melebihi 37.5°, tidak dibenarkan untuk menjalani latihan dan perlu menjalani pemeriksaan kesihatan.
- x. Pastikan mencatat rekod keluar dan masuk dan suhu badan pegawai dan pemain di dalam buku rekod yang disediakan.
- xi. Menyediakan sanitizer dan sabun di tempat yang difikirkan perlu (pintu masuk, tandas, tempat duduk pemain).
- xii. Tidak dibenarkan masuk dan keluar ke venue secara berkumpulan.
- xiii. Mencuci pakaian, kasut bola dan membersihkan diri di rumah masing-masing.
- xiv. Bagi pasukan yang berkongsi venue latihan hendaklah memastikan jadual latihan diatur rapi bagi mengelakkan pertembungan terutamanya ketika pertukaran sesi latihan.
- xv. Penggunaan bilik persalinan adalah tidak dibenarkan.

- xvi. Venue latihan, peralatan sukan dan kemudahan venue tersebut mesti menjalani proses disinfeksi atau sanitasi sebelum dan selepas digunakan. Hendaklah mengemukakan bukti bergambar.
- xvii. Venue Latihan hendaklah dikawal rapi dan memastikan tiada orang yang tidak berkenaan masuk ke venue Latihan termasuk penonton, ahli keluarga pegawai dan pemain pasukan atau tetamu VVIP.
- xviii. Hanya 2 pintu keluar masuk dibenarkan. Masuk melalui pintu A dan keluar di pintu B.
- xix. Sekiranya menggunakan 1 pintu masuk hendaklah mengekalkan penjarakkan fizikal 1.5 meter setiap masa serta membuat kawalan dan penjadualan ketika masuk dan keluar.
- xx. Tandas mestilah dikawal dan dihadkan penggunaannya.
- xxi. Hendaklah mengekalkan penjarakkan fizikal 1.5 meter ketika masuk dan keluar ke venue.
- xxii. Meninggalkan venue dengan segera setelah tamat perlawanan.
- xxiii. Mencuci pakaian, kasut bola dan membersihkan diri di rumah masing-masing.
- xxiv. Meletakkan poster-poster peringatan seperti:
 - DILARANG MASUK
 - AMALKAN PENJARAKKAN FIZIKAL
 - DILARANG BERKONGSI BOTOL MINUMAN
 - DILARANG MELUDAH
 - SILA BASUH TANGAN
 - SILA PAKAI PELITUP MUKA
 - TIBA, BERLATIH DAN PULANG
 - DILARANG BERLATIH SEKIRANYA MEMPUYAI SIMPTOM BERIKUT: BATUK, DEMAM, LEMAH TUBUH BADAN, SAKIT TEKAK DAN SESAK NAFAS

4. **PEGAWAI DAN PEMAIN PASUKAN**

- i. Pegawai dan pemain yang telah menjalani Ujian Swab (PCR) dan RTK Antigen yang disahkan negatif sahaja dibenar menyertai pasukan.
- ii. Surat kebenaran pergerakan daripada PDRM hendaklah dimohon dan diuruskan oleh pasukan sehingga diputuskan berlainan.
- iii. Pegawai dan pemain yang menaiki kenderaan pasukan (bas / van) ke venue latihan, hendaklah sentiasa memastikan penjarakan fizikal, memakai pelitup muka dan kenderaan tersebut hendaklah dibersihkan dan disanitasi. Pemandu kenderaan tersebut juga hendaklah bebas dari sebarang gejala.
- iv. Bagi pegawai atau pemain yang menaiki kenderaan persendirian hendaklah tidak melebihi 2 orang di dalam kenderaan tersebut.
- v. Pegawai dan pemain yang mempunyai simptom seperti batuk, demam, lemah tubuh badan, sakit tekak dan sesak nafas adalah dilarang sama sekali menyertai kem latihan. Sekiranya di dapati Pegawai atau Pemain yang mempunyai simptom atau disyaki

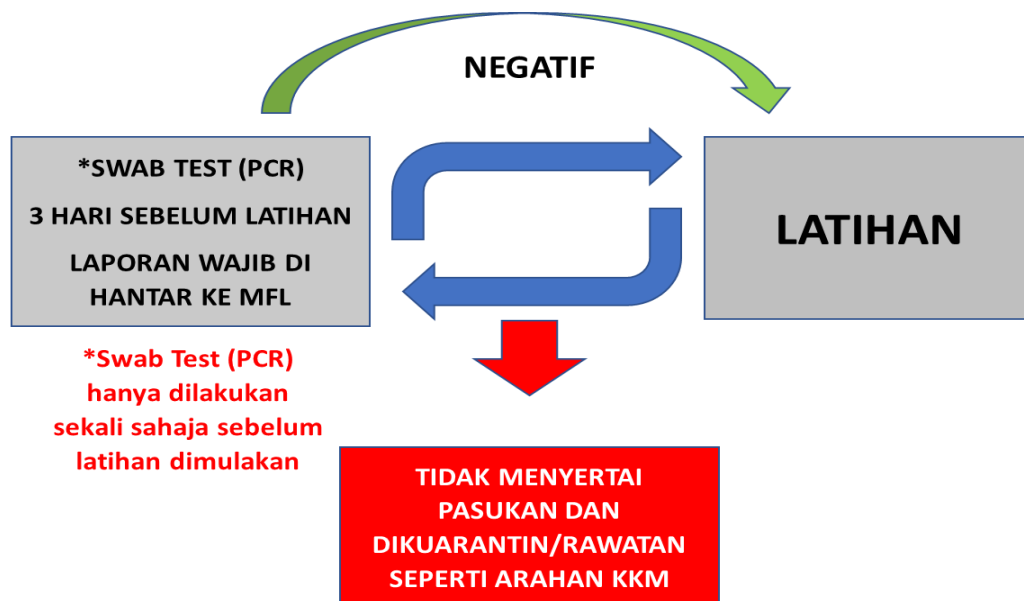
dijangkiti wabak COVID-19, pasukan hendaklah terus menghubungi Pejabat Kesihatan Daerah (PKD) masing-masing untuk tindakan lanjut.

- vi. Tidak dibenarkan untuk meludah atau menghembus selsema semasa latihan/perlawanan sedang dijalankan.
- vii. Tidak dibenarkan berkongsi peralatan peribadi seperti botol air, bip dan tuala.

5. RAWATAN KECEDERAAN

- i. Doktor Pasukan, Fisioterpis dan Jurupulih hendaklah menggunakan *sanitizer*, sarung tangan dan pelitup muka sebelum membuat sebarang rawatan dan segera menghubungi pihak hospital/pusat kesihatan untuk rawatan lanjut sekiranya perlu.
- ii. *Taping & strapping* di venue latihan hanya dibenarkan dibuat oleh fisioterapis yang berdaftar dengan pasukan sahaja.
- iii. Rawatan yang bersifat bersentuhan seperti *sport massage* adalah dibenarkan dan hendaklah mematuhi SOP.

6. PERGERAKAN LATIHAN PASUKAN



**1-2 KALI RTK ANTIGEN TEST DALAM MASA 7 HARI SECARA BERKALA
LAPORAN WAJIB DI HANTAR KE MFL**

7. PERLAWANAN PERSAHABATAN

Garis panduan penganjuran perlawanan persahabatan adalah seperti berikut:

- i. Pasukan hendaklah memaklumkan kepada MFL dan FAM mengenai penganjuran perlawanan tersebut dengan menyatakan tarikh, masa, venue dan pasukan.

Pemakluman hendaklah dibuat sekurang-kurangnya lima (5) hari bekerja sebelum tarikh perlawanan.

- ii. Pegawai dan pemain pasukan pelawat (PL) hendaklah membuat ujian RTK Antigen apabila tiba di negeri/tempat pasukan lawan sebelum masuk ke penginapan/hotel.
- iii. Pegawai dan pemain pasukan tuan rumah (PTR) juga perlu membuat ujian RTK Antigen sebelum perlawanan.
- iv. Pasukan hanya dibenar untuk mengadakan perlawanan di antara pasukan-pasukan Liga Super 2021 dan Liga Premier 2021.
- v. Hanya pegawai dan pemain pasukan-pasukan yang telah menjalani Ujian Swab dan telah disahkan bebas gejala serta mendapat kelulusan MFL dibenar menyertai perlawanan.
- vi. Perlawanan hanya dibenar diadakan di dalam Stadium/venue tertutup sahaja. Perlawanan di padang terbuka adalah sama sekali tidak dibenarkan.
- vii. Stadium/venue perlawanan hendaklah mematuhi perkara 2 (xi).
- viii. Stadium/venue tersebut hendaklah menjalani proses sanitasi dan disinfeksi sebelum perlawanan diadakan.
- ix. Perlawanan tersebut hendaklah dimainkan tanpa penonton, hanya pegawai dan pemain pasukan yang berdaftar dan disahkan oleh MFL sahaja dibenar berada di dalam stadium/venue perlawanan.
- x. Pasukan Tuan Rumah hendaklah melantik Pegawai perlawanan (pengadil) yang dilantik oleh Persatuan Bolasepak Negeri yang mana Pegawai tersebut telah menjalani Ujian RTK Antigen.

8. MEDIA

- i. Pihak media hanya dibenarkan merekod video dan mengambil gambar.
- ii. Pihak media hanya dibenarkan berada di tempat duduk penonton atau di luar kawasan Field of Play (FOP) sepanjang sesi Latihan dan perlawanan persahabatan.
- iii. Temu ramah secara fizikal turut tidak dibenarkan di venue Latihan dan perlawanan persahabatan.
- iv. Temu ramah hanya dibenarkan secara dalam talian sahaja.

9. PEMATUHAN

- i. Pasukan hendaklah bertanggung jawab mematuhi semua SOP yang telah ditetapkan oleh MKN, KKM, KBS dan MFL.
- ii. Pasukan harus jujur dan bertanggungjawab sepenuhnya di atas kesihatan pegawai dan pemain.

- iii. Menasihati pemain supaya mengurangkan aktiviti sosial seperti berkumpul ditempat yang sesak terutamanya selepas latihan.
- iv. Segala SOP yang dilaksanakan ini adalah menjadi tanggungjawab setiap individu dan pasukan.
- v. Pegawai Penyelaras Covid-19 pasukan hendaklah memastikan semua SOP dipatuhi.
- vi. Sekiranya terdapat pelanggaran sebarang SOP atau perjanjian, MFL berhak untuk menarik balik kebenaran latihan atau mengenakan tindakan kepada pasukan sekiranya perlu oleh Ahli Lembaga Pengarah MFL.
- vii. MFL juga sama sekali tidak akan bertanggungjawab ke atas apa-apa kesan kepada pasukan di atas kecuaiannya di dalam melaksanakan SOP yang ditetapkan.