

## APA YANG TERJADI?

Seorang doktor pelatih dikenali sebagai Dr S di sebuah hospital kerajaan di Tawau dilaporkan dibuli secara berterusan oleh senior. Akibat buli, beliau mengalami kemurungan mendalam dan mengasingkan diri di bilik selama bertahun-tahun, serta tidak mampu kembali bertugas dalam bidang perubatan.

## PUNCA

- Senior yang membuli - kekuasaan/autoriti senior digunakan secara negatif.
- Kurangnya sistem sokongan atau aduan rasmi yang efektif di hospital untuk melaporkan buli.
- Ketiadaan polisi pengurusan buli yang jelas di klinik dan hospital kerajaan sebelum ini.

## KESAN

- Kesihatan mental Dr S terjejas teruk - mengalami kemurungan menyeluruh.
- Beliau mengasingkan diri secara fizikal dan emosional.
- Hampir mengambil nyawanya sendiri

## APA YANG BOLEH DIPELAJARI?

- Berani bersuara - Jangan pendam jika dibuli atau ditekan. Gunakan saluran rasmi atau lapor kepada pihak atasan/HR.
- Cari sokongan awal - Dapatkan bantuan rakan sekerja, kaunselor, atau hotline kesihatan mental sebelum masalah jadi lebih serius.
- Jaga keseimbangan diri - Utamakan rehat, tidur cukup, dan aktiviti sihat untuk kurangkan tekanan harian.
- Sokong rakan sekerja - Jika nampak orang lain tertekan atau dibuli, hulurkan sokongan dan galakkan mereka dapatkan bantuan.

Reference: Majoriti, 31 Julai 2025



#NOKSELAMATSOKMO  
FOR MYSELF | FOR MYFAMILY | FOR MYFUTURE  
ZERO LTI, ZERO SPILL, ZERO HARM

VOL 9/2025 - SEPTEMBER 2025

# HSSE LESSON LEARNT

## DIBULI SENIOR, DOKTOR MURUNG BERKURUNG DALAM BILIK BERTAHUN-TAHUN

