

TOPIC

PEMANDUAN BERHEMAT

OBJEKTIF

- 1. DEFINISI PEMANDUAN BERHEMAH.**
- 2. BOLEH ATAU TIDAK KEMALANGAN DIELAKKAN?**
- 3. UNSUR-UNSUR PEMANDUAN BERHEMAH.**
- 4. KEADAAN-KEADAAN YANG BOLEH MENYEBABKAN KEMALANGAN DAN CARA-CARA MENYESUAIKANNYA.**
- 5. CARA MENGELAKKAN PERLANGGARAN.**


HANDOUT

NO HANDOUT

REFERENCE





**PU 4515 BUKU NOTA KURSUS PENGANGKUTAN KELAS II
(ASAS PEMANDU)**

DEFINISI PEMANDUAN BERHEMAH

 **Pemanduan berhemaH** ialah pemanduan selamat untuk mencegah kemalangan, walaupun dalam keadaan jalan, cuaca, trafik atau pemandu lain yang kurang memuaskan.

Ciri-ciri Pemanduan BerhemaH.

Pemanduan berhemat dicapai dengan TIDAK melakukan perkara berikut:






-  Kesalahan lalu lintas.
-  Kemalangan.
- Melambatkan jadual perjalanan.
-  Menyalahgunakan komponen kenderaan.
-  Menghilangkan kesopanan di jalan raya.

BOLEH ATAU TIDAK KEMALANGAN DIELAKKAN?

  **YA.** Kemalangan boleh dielakkan melalui pemanduan berhemat.

Formula Pencegahan Kemalangan

(Gunakan konsep 3 Langkah Utama):

-   Jangka & kenal pasti bahaya
-  Fahami langkah keselamatan
-   Bertindak segera.

Apabila Berdepan Situasi Berbahaya

- ✓ Ambil tindakan apabila orang lain memandu secara merbahaya
- ✓ Ketahui cara selamat mengatasi bahaya di jalan raya

UNSUR-UNSUR PEMANDUAN BERHEMAH

Pengetahuan.

- Faham undang-undang lalu lintas.
- Tahu panduan jalan raya.
- Memandu dengan cara betul & selamat.

Kewaspadaan.

- Sentiasa berhati-hati.
- Fokus penuh semasa memandu.
- Elak gangguan & hilang tumpuan.

Jangkaan.

- Menjangka situasi berbahaya.
- Nilai keadaan lalu lintas.
- Bersedia menghadapi risiko.
(Contoh: binatang melintas jalan).

UNSUR-UNSUR PEMANDUAN BERHEMAH

⚖️ ● **Pertimbangan.**

- Buat keputusan yang wajar & cepat.
- Kurangkan kelajuan jika cuaca/jalan buruk.
- Elak memandu laju & memotong di kawasan bahaya.

🚗 ? **Kemahiran.**

- Kawal kenderaan dengan betul.
- Membelok, mengundur & meletak kenderaan dengan selamat.

KEADAAN-KEADAAN YANG BOLEH MENYEBABKAN KEMALANGAN DAN CARA-CARA MENYESUAIKANNYA

1. Keadaan Pemandu.

Risiko: Letih, mengantuk, emosi, alkohol/dadah.

Penyesuaian:

- Pastikan fizikal & mental bersedia.
- Jangan memandu di bawah pengaruh alkohol/dadah.
- Patuhi tanda jalan & peraturan.
- Amalkan Peraturan 2 Saat.
- Sabar & bertimbang rasa.

2. Keadaan Cahaya.

Risiko: Penglihatan terhad siang/malam

Penyesuaian:

- Pastikan lampu kenderaan berfungsi.
- Nyalakan lampu waktu malam/cuaca buruk.
- Rendahkan lampu apabila ada kenderaan lain.
- Elak kaca mata hitam waktu malam.

KEADAAN-KEADAAN YANG BOLEH MENYEBABKAN KEMALANGAN DAN CARA-CARA MENYESUAIKANNYA

3. Keadaan Cuaca.

Risiko: Hujan, kabus, asap.

Penyesuaian:

- Kurangkan kelajuan.
- Gunakan wiper & lampu.
- Berhenti di tempat selamat jika hujan lebat.
- Berhati-hati jalan licin.

4. Keadaan Lalu Lintas.

Risiko: Kesesakan, sikap tidak sabar

Penyesuaian:

- Beri ruang kepada pengguna lain.
- Jangan potong barisan.
- Elak waktu sibuk.
- Jangan memotong di kawasan larangan.

KEADAAN-KEADAAN YANG BOLEH MENYEBABKAN KEMALANGAN DAN CARA-CARA MENYESUAIKANNYA

5. Keadaan Jalan.

Risiko: Jalan rosak, sempit, selekoh

Penyesuaian:

- Sesuaikan kelajuan
- Perlahankan kenderaan semasa hujan

6. Keadaan Kenderaan.

Risiko: Kerosakan mekanikal

Penyesuaian:

- Pastikan brek, lampu & hon berfungsi
- Periksa cermin & tayar
- Servis kenderaan secara berkala

KEADAAN-KEADAAN YANG BOLEH MENYEBABKAN KEMALANGAN DAN CARA-CARA MENYESUAIKANNYA

📱 7. Gangguan Semasa Memandu.

Risiko: Hilang fokus.

Contoh:

- Telefon bimbit.
- Mencari barang.
- Laras tempat duduk/radio.
- Merokok & membaca peta.

✔ 8. Cara Mengelak Gangguan. Langkah Pencegahan:

- Rancang perjalanan awal.
- Laras tempat duduk & cermin sebelum bergerak.
- Berhenti di tempat selamat jika perlu.

CARA MENGELAKKAN PERLANGGARAN

→ 1. Kenderaan di Hadapan.

Amalan Utama: Peraturan 2 Saat.

- Jarak selamat untuk brek & reaksi
- Boleh lihat perubahan lalu lintas.
- Beri isyarat awal kepada kenderaan belakang
- Masa & ruang mencukupi untuk berhenti.

2. Kenal Pasti Bahaya Awal.

- Sentiasa perhatikan aliran lalu lintas.
- Jangka risiko sebelum ia berlaku.

3. Peraturan 2 Saat.

- Pilih tanda (tiang/lampu).
- Kira: “Satu ribu satu, satu ribu dua”.
- Jika terlalu dekat → Perlahankan kenderaan.

↔ 4. Kenderaan Dari Arah Hadapan.

- Jangka bahaya dari kenderaan hadapan.
- Pandu di lorong kiri & jauhi garisan Tengah.
- Kurangkan kelajuan jika ancaman muncul.
- Elak perlanggaran berdepan (ke tepi jalan jika perlu).

← 5. Kenderaan Dari Belakang.

- Beri isyarat awal.
- Pastikan lampu brek berfungsi.
- Elak berhenti mengejut.
- Jarak berhenti > 2 meter
- Tarik brek tangan & tekan brek semasa berhenti

⚡+ 6. Persimpangan.

- Rancang arah belok lebih awal.
- Perlahankan kenderaan.
- Beri isyarat jelas.
- Fahami beri laluan & jangan berhenti di petak kuning.

🔄🚗 7. Ketika Memotong.

- Periksa cermin & blind spot.
- Beri isyarat & guna hon jika perlu.
- Potong di sebelah kanan.
- Masuk semula ke lorong kiri dengan jarak selamat.

🚗🔄 8. Ketika Dipotong.

- Perlahankan kenderaan.
- Pandu di kiri.
- Bersedia membrek jika kecemasan.
- Beri ruang kepada kenderaan yang memotong.

? ✨ 9. Kemalangan Misteri.

(Terbabas tanpa perlanggaran).

- Jangan memandu laju di jalan tidak dikenali.
- Elak memandu letih / mabuk / khayal.
- Kurangkan gangguan.
- Rancang perjalanan (jangan kejar masa).

🚗🚶🚶 10. Punca Lain.

Keretapi:

- Patuhi isyarat, berhenti jika perlu.

Binatang:

- Berhati-hati di kawasan luar bandar.

Motosikal:

- Beri ruang & tambah jarak mengekori.

Pejalan Kaki:

- Awasi orang tua, kanak-kanak & waktu malam.

Objek Tidak Bergerak:

- Pastikan ruang sekeliling jelas.

Mengundur:

- Undur perlahan & periksa kiri kanan.