



**BUPATI PASER
PROVINSI KALIMANTAN TIMUR**

**PERATURAN BUPATI PASER
NOMOR 61 TAHUN 2018**

TENTANG

**PEDOMAN UMUM PELAKSANAAN
GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT
KABUPATEN PASER**

DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA

BUPATI PASER,

- Menimbang : a. bahwa untuk meningkatkan kualitas hidup sehat melalui tindakan promotif dan preventif, maka perlu dilakukan pembangunan kesehatan yang digerakan oleh seluruh komponen masyarakat dalam berperilaku hidup sehat secara partisipatif, terencana, sistematis, terpadu dan menyeluruh;
- b. bahwa dalam rangka mempercepat dan mensinergikan tindakan dari upaya promotif dan preventif hidup sehat guna meningkatkan produktivitas masyarakat dan menurunkan beban pembiayaan pelayanan kesehatan akibat penyakit, maka diperlukan pedoman umum pelaksanaan hidup sehat di Kabupaten Paser;
- c. bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud pada huruf a dan b, perlu dibentuk Peraturan Bupati Paser tentang Gerakan Hidup Sehat Masyarakat Kabupaten Paser.
- Mengingat : 1. Pasal 18 ayat (6) Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945;
2. Undang-Undang Nomor 27 Tahun 1959 tentang Penetapan Undang-Undang Darurat Nomor 3 Tahun 1953 tentang Perpanjangan Pembentukan Daerah Tingkat II di Kalimantan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1953 Nomor 9) sebagai Undang-Undang (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1959 Nomor 72, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 1820);
3. Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2014 tentang Pemerintahan Daerah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 244, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5587, sebagaimana telah diubah beberapa kali, terakhir dengan Undang-Undang Nomor 9 Tahun 2015 tentang Perubahan Kedua atas Undang-Undang 23 Tahun 2014 tentang Pemerintahan Daerah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2015 Nomor 58, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5679);
4. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 39 Tahun 2016 Tentang Pedoman Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga;
- Memperhatikan: Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.

MEMUTUSKAN :

Menetapkan : PERATURAN BUPATI PASER TENTANG GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT KABUPATEN PASER

BAB I

KETENTUAN UMUM

Pasal 1

Dalam Peraturan Bupati Paser ini yang dimaksud dengan:

1. Daerah adalah Kabupaten Paser
2. Pemerintah Daerah adalah kepala daerah sebagai unsur penyelenggara Pemerintahan Daerah yang memimpin pelaksanaan urusan pemerintahan yang menjadi kewenangan daerah otonom.
3. Bupati adalah Bupati Paser.
4. Perangkat Daerah adalah unsur pembantu Bupati dan Dewan Perwakilan Rakyat Daerah dalam menyelenggarakan urusan pemerintahan yang menjadi kewenangan daerah.
5. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Kabupaten Paser yang selanjutnya disingkat GERMAS adalah suatu tindakan sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen dengan kesadaran, kemauan, dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup.

BAB II

TUJUAN UMUM DAN TUJUAN KHUSUS

Pasal 2

- (1) Tujuan Umum GERMAS adalah meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan Masyarakat untuk berperilaku sehat dalam upaya meningkatkan kualitas hidup masyarakat Kabupaten Paser.
- (2) Tujuan Khusus GERMAS adalah :
 - a. menurunkan beban penyakit menular dan tidak menular baik kematian maupun kecacatan;
 - b. meningkatkan partisipasi dan peran serta masyarakat untuk hidup bersih dan sehat;
 - c. meningkatkan produktivitas masyarakat; dan
 - d. menurunkan beban pembiayaan pelayanan kesehatan karena meningkatnya penyakit dan pengeluaran kesehatan.

BAB III

RUANG LINGKUP

Pasal 3

Ruang Lingkup Peraturan Bupati ini meliputi:

- a. perencanaan;
- b. pelaksanaan; dan
- c. pemantauan, evaluasi dan pelaporan.

Bagian Kesatu

Perencanaan

Pasal 4

- (1) Badan Perencanaan Pembangunan Daerah melakukan penyusunan rencana kegiatan GERMAS setiap tahun anggaran.
- (2) Penyusunan rencana kegiatan sebagaimana dimaksud pada ayat (1), mengacu pada Peraturan Perundang-undangan yang berlaku.

Bagian Kedua

Pelaksanaan

Pasal 5

- (1) GERMAS dilakukan melalui tindakan promotif dan preventif hidup sehat yang pelaksanaannya dilakukan oleh seluruh Perangkat Daerah dan Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) secara terencana, sistematis, terpadu dan menyeluruh.
- (2) Bentuk Kegiatan GERMAS adalah :
 - a. melakukan aktivitas fisik;
 - b. mengkonsumsi buah dan sayur;
 - c. memeriksa kesehatan secara rutin;
 - d. tidak merokok;
 - e. tidak mengkonsumsi alkohol;
 - f. membersihkan lingkungan; dan
 - g. menggunakan jamban.

BAB IV

KOMPONEN PELAKU

Bagian Kesatu

Jajaran Pemerintah Daerah

Pasal 6

Pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud pada Pasal 5 sebagai berikut :

- a. Sekretariat Daerah melalui Bina Kesejahteraan Rakyat II melaksanakan koordinasi pelaksanaan dan perumusan kebijakan Pengendalian GERMAS;
- b. Bappeda mengkoordinasikan perencanaan, monitoring, evaluasi dan pelaporan pelaksanaan GERMAS;
- c. Dinas Kesehatan:
 1. melaksanakan kampanye GERMAS serta meningkatkan advokasi dan pembinaan daerah dalam pelaksanaan kebijakan Kawasan Tanpa Rokok (KTR)
 2. meningkatkan pendidikan mengenai gizi seimbang dan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, serta aktivitas fisik
 3. meningkatkan pelaksanaan deteksi dini penyakit dan menyusun panduan pelaksanaan deteksi dini penyakit di fasilitas kesehatan pemerintah maupun swasta dan Upaya Kesehatan Berbasis Masyarakat; dan
 4. mendorong pengusaha warung makan atau katering untuk menyediakan buah dan sayur dalam paket makanan yang disajikan atau dipesan.
- d. Dinas Pemuda Olahraga dan Pariwisata Meningkatkan kampanye gemar berolahraga, memfasilitasi penyelenggaraan olahraga masyarakat dan meningkatkan penyediaan fasilitas sarana olahraga masyarakat di Kabupaten Paser;
- e. Dinas Pendidikan dan Kebudayaan:
 1. meningkatkan kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), mendorong sekolah sebagai Kawasan Tanpa Rokok (KTR), dan mendorong Sekolah Ramah Anak
 2. meningkatkan kegiatan aktivitas fisik/olahraga di sekolah dan penyediaan sarana sanitasi sekolah
 3. meningkatkan pendidikan keluarga untuk hidup sehat
 4. melaksanakan Hari Sehat Sekolah melalui kegiatan olahraga bersama, membawa bekal makanan sehat, meminum tablet tambah darah untuk remaja putri dan pemberantasan sarang nyamuk; dan
 5. memfasilitasi penyediaan kantin sehat dan mengawasi jajanan di sekitar wilayah sekolah.

- f. Dinas Pertanian:
 - 1. melakukan pengawasan terhadap bahan pangan asal hewan yang aman, sehat, utuh dan halal;
 - 2. mengawasi keamanan dan mutu pangan segar yang tidak memiliki kandungan pestisida berbahaya; dan
 - 3. meningkatkan produksi pertanian dan mendorong pemanfaatan pekarangan rumah untuk menanam sayur, buah, dan tanaman obat.
- g. Dinas Perikanan:
 - 1. meningkatkan dan memperluas pelaksanaan Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan pada masyarakat ;
 - 2. mengawasi mutu dan keamanan hasil perikanan; dan
 - 3. mengawasi penggunaan bahan-bahan yang berbahaya dalam produk budidaya dan usaha-usaha penangkapan ikan.
- h. Dinas Perumahan dan Permukiman:
 - 1. memfasilitasi penyediaan sarana aktivitas fisik pada kawasan permukiman dan sarana fasilitas umum;
 - 2. mendorong dan memfasilitasi Pemerintah Daerah untuk menyediakan ruang terbuka hijau publik yang memadai di wilayahnya; dan
 - 3. penataan kawasan dan permukiman kumuh.
- i. Dinas Pekerjaan Umum dan Tata Ruang:
 - 1. memfasilitasi penyediaan air bersih dan sanitasi dasar yang sesuai dengan standar kesehatan pada fasilitas umum;
 - 2. memfasilitasi sarana dan prasarana air bersih dan sanitasi dasar yang sesuai dengan standar kesehatan; dan
 - 3. mendorong dan memfasilitasi untuk menyediakan ruang terbuka hijau publik yang memadai di Kabupaten Paser.
- j. Dinas Perhubungan:
 - 1. mewujudkan transportasi kota yang nyaman, tertib, aman, dan lancar
 - 2. mewujudkan angkutan umum bebas asap rokok;
 - 3. mewujudkan terminal, dan fasilitas umum perhubungan lainnya yang bersih dan bebas asap rokok;
 - 4. mendorong penataan sarana dan fasilitas perhubungan yang aman dan nyaman bagi pejalan kaki dan pesepeda;
 - 5. melakukan uji emisi kendaraan secara berkala;
 - 6. melaksanakan kampanye keselamatan berkendara dan penggunaan *safety belt*; dan
 - 7. mendorong kawasan bebas kendaraan bermotor (*car free day*) untuk memfasilitasi kegiatan aktivitas fisik masyarakat.
- k. Dinas Lingkungan Hidup:
 - 1. mengendalikan pencemaran air dan udara cerobong untuk industri;
 - 2. mendorong masyarakat untuk membangun dan memanfaatkan bank sampah untuk mengurangi timbunan sampah;
 - 3. mendorong kemitraan lingkungan dan peran serta masyarakat dalam menjaga kualitas lingkungan;
 - 4. mengkampanyekan gerakan menanam pohon;
 - 5. mengawasi pelaku usaha dalam pengendalian limbah; dan
 - 6. mendorong penghapusan penggunaan bahan bekas tambang dan bahan berbahaya di lokasi pertambangan yang berdampak pada kesehatan.
- l. Dinas Perdagangan Koperasi dan UMKM:
 - 1. meningkatkan pengawasan terhadap peredaran dan penjualan produk tembakau, minuman beralkohol, bahan berbahaya yang sering disalahgunakan dalam pangan dan makanan kedaluwarsa;
 - 2. meningkatkan promosi makanan dan minuman sehat dan halal termasuk sayur dan buah produksi dalam negeri;
 - 3. mewujudkan kawasan zona Pedagang Kaki Lima (PKL) yang bersih dan sehat; dan
 - 4. meningkatkan pengawasan dan pembinaan PKL terhadap kualitas bersih dan sehat pada produk PKL.

- m. Dinas Tenaga Kerja Dan Transmigrasi:
 1. mendorong dan memfasilitasi perusahaan untuk melaksanakan pemeriksaan kesehatan/deteksi dini penyakit pada pekerja;
 2. mendorong dan memfasilitasi perusahaan untuk menyediakan sarana ruang ASI, melaksanakan kegiatan olahraga di tempat kerja, dan menerapkan kawasan tanpa rokok; dan
 3. mendorong pemberi kerja untuk memfasilitasi setiap pekerjanya memiliki jaminan kesehatan.
- n. Dinas Komunikasi, Informatika, Statistik dan Persandian:
 1. melakukan diseminasi informasi layanan masyarakat terkait pola hidup sehat; dan
 2. melakukan kerjasama dengan Radio Lokal swasta berijin, Pengusaha TV Kabel dan Media cetak dalam sosialisasi dan penyebaran informasi GERMAS.
- o. Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak:
 1. melakukan promosi untuk menggerakkan partisipasi kaum perempuan dalam upaya deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular (PTM); dan
 2. meningkatkan komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) GERMAS bagi keluarga, perempuan, dan anak.
- p. Kecamatan, Kelurahan dan desa untuk:
 1. melaksanakan gerakan masyarakat hidup sehat dalam wilayah Kecamatan/Kelurahan/desa;
 2. memotivasi masyarakat untuk memelihara dan menjaga sarana prasarana lingkungan dan penghijauan kota di setiap permukiman yang menjadi wilayah kerjanya; dan
 3. mendorong pembentukan bank sampah di Kelurahan dan desa.

Pasal 7

Dalam Pelaksanaan GERMAS perangkat daerah sesuai bidang tugasnya mengarahkan sekaligus menjamin hal-hal berikut :

- a. menyediakan penyediaan sarana aktivitas fisik, ruang terbuka publik, kawasan bebas kendaraan bermotor (car free day), jalur sepeda, dan jalur pejalan kaki yang representatif dan aman;
- b. pelaksanaan kegiatan pemanfaatan pekarangan rumah untuk tanaman sayur dan buah, serta konsumsi sayur dan buah dalam pertemuan di dalam atau luar kantor;
- c. pelaksanaan kebijakan kawasan tanpa rokok sesuai ketentuan yang berlaku;
- d. menyediakan sarana aktivitas fisik, melaksanakan olahraga, deteksi dini penyakit secara rutin dan menyediakan sarana pojok ASI;
- e. melaksanakan intervensi-intervensi yang mendukung GERMAS yang didasarkan pada kebijakan daerah; dan
- f. melaporkan pelaksanaan GERMAS kepada Gubernur.

Pasal 8

- (1) Terhadap Jajaran Pemerintah Daerah dalam pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud dalam Pasal 5, dan Aparatur Sipil Negara (ASN) untuk ikut serta dalam pelaksanaan GERMAS serta bertanggung jawab untuk menjaga dan menyediakan sarana Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) di kantor dan lingkungannya masing-masing.
- (2) Dalam pelaksanaan GERMAS, Perangkat Daerah melakukan koordinasi dengan Sekretaris Daerah dalam hal:
 - a. peningkatan peran serta Perangkat Daerah, ASN, dan masyarakat;
 - b. peningkatan prasarana dan sarana kebersihan;
 - c. penegakan aturan dalam pemberian sanksi; dan
 - d. monitoring dan evaluasi.

Bagian Kedua

Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK)

Pasal 9

PKK Kabupaten Paser dalam hal pelaksanaan GERMAS sebagai berikut:

- a. mensosialisasikan GERMAS melalui sepuluh program PKK;
- b. mendukung pelaksanaan kampanye GERMAS; dan
- c. mengoptimalkan peran dasa wisma dalam upaya GERMAS.

Bagian Ketiga

Pemantauan, evaluasi dan pelaporan

Pasal 10

- (1) Badan Perencanaan Pembangunan Daerah melakukan pemantauan dan evaluasi pelaksanaan kegiatan GERMAS.
- (2) Pelaksanaan pemantauan dan evaluasi sebagaimana dimaksud pada ayat (1), secara teknis dikoordinasikan oleh Bidang Pemerintahan dan Pembangunan Manusia pada Badan Perencanaan Pembangunan dan Pengembangan Penelitian Daerah Kabupaten Paser.

BAB V

PERAN MASYARAKAT

Pasal 11

Peran masyarakat dalam melaksanakan GERMAS meliputi :

- a. peningkatan aktivitas fisik, antara lain dengan:
 1. melakukan latihan fisik senam secara rutin paling sedikit 1(satu) kali dalam seminggu;
 2. kerja bakti di lingkungan rumah, masyarakat, atau tempat kerja; dan
 3. gerakan peregangan di tempat beraktivitas dilakukan secara individu atau bersama-sama setiap 2 (dua) jam atau minimal 2 (dua) kali dalam 1 (satu) hari.
- b. peningkatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) antara lain pada tatanan:
 1. PHBS di Rumah Tangga:
 - a) persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan (dokter, bidan);
 - b) memberi bayi ASI eksklusif;
 - c) menimbang bayi dan balita setiap bulan;
 - d) menggunakan air bersih
 - e) mencuci tangan dgn air bersih, mengalir, dan sabun;
 - f) menggunakan jamban;
 - g) memberantas jentik di rumah;
 - h) makan sayur dan buah setiap hari;
 - i) melakukan aktivitas fisik setiap hari; dan
 - j) tidak merokok di dalam rumah.
 2. PHBS di Sekolah:
 - a) mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan sabun;
 - b) jajan di kantin sekolah yang sehat;
 - c) membuang sampah pada tempatnya
 - d) mengikuti kegiatan olah raga di sekolah;
 - e) menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan;
 - f) tidak merokok di sekolah;
 - g) memberantas jentik nyamuk di sekolah secara rutin; dan
 - h) buang air besar dan buang air kecil di jamban sekolah.
 3. PHBS di Tempat-Tempat Umum:
 - a) menggunakan air bersih;
 - b) menggunakan jamban;
 - c) membuang sampah pada tempatnya;
 - d) tidak merokok;

- e) tidak meludah sembarangan
 - f) memberantas jentik nyamuk;
 - g) mencuci tangan dengan sabun dan air bersih; dan
 - e) menutup makanan dan minuman.
4. PHBS di tempat kerja:
- a) mengkonsumsi makanan bergizi;
 - b) melakukan aktivitas fisik setiap hari;
 - c) tidak merokok di tempat kerja;
 - d) mencuci tangan dengan air bersih dan sabun;
 - e) menggunakan air bersih;
 - f) memberantas jentik di tempat kerja;
 - g) menggunakan jamban; dan
 - h) membuang sampah pada tempatnya.
5. PHBS di unit Kerja Pelayanan Kesehatan beserta jaringannya:
- a) menggunakan air bersih;
 - b) mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan sabun;
 - c) menggunakan jamban;
 - d) membuang sampah pada tempatnya;
 - e) tidak merokok di Institusi Kesehatan;
 - f) tidak meludah sembarangan; dan
 - g) memberantas jentik nyamuk.
- c. penyediaan pangan sehat dan percepatan perbaikan gizi
1. penyediaan pangan sehat dapat dilakukan dengan Penerapan Pesan Umum Gizi Seimbang yaitu:
 - a) syukuri dan nikmati anekaragam makanan
 - b) banyak makan sayuran dan cukup buah-buahan;
 - c) biasakan mengonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi;
 - d) biasakan mengonsumsi aneka ragam makanan pokok;
 - e) batasi konsumsi pangan manis, asin dan berlemak;
 - f) biasakan sarapan;
 - g) biasakan minum air putih yang cukup dan aman;
 - h) biasakan membaca label pada kemasan pangan;
 - i) cuci tangan pakai sabun dengan air bersih mengalir; dan
 - j) lakukan aktivitas fisik yang cukup dan pertahankan berat badan normal.
 2. Percepatan Perbaikan Gizi difokuskan pada masa 1.000 (seribu) hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) dengan mengikuti Program Perbaikan Gizi Masyarakat dengan kegiatan meliputi:
 - a) pemeriksaan kesehatan Calon Pengantin meliputi pemeriksaan fisik dan laboratorium;
 - b) penyuluhan kesehatan reproduksi Calon Pengantin;
 - c) pemeriksaan Antenatal Care (ANC) bagi ibu hamil;
 - d) kelas ibu hamil dan senam ibu hamil;
 - e) edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS);
 - f) edukasi tentang Air Susu Ibu (ASI) eksklusif dan pemberian makanan bagi bayi dan anak (PMBA); dan
 - g) kunjungan rumah untuk monitoring dan evaluasi sasaran pendampingan
- d. Peningkatan Pencegahan Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular pada kelompok umur 15 (lima belas) tahun ke atas dan Deteksi Dini Kanker Leher Rahim dan Payudara pada Wanita Usia Subur dilakukan dalam bentuk pemeriksaan kesehatan secara rutin dan berkala di Fasilitas Kesehatan baik Pemerintah maupun Swasta dan Upaya Kesehatan Berbasis Masyarakat (UKBM) Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) di masyarakat dan instansi tempat bekerja;

- e. peningkatan kualitas lingkungan bertujuan untuk memutus mata rantai penularan penyakit dapat dilakukan dengan cara:
 1. stop buang air besar sembarangan dengan menerapkan perilaku buang air besar di jamban sehat, baik jamban pribadi maupun jamban umum;
 2. cuci tangan pakai sabun sebelum makan, setelah buang air besar sebelum memegang bayi, setelah membersihkan anak yang buang air besar/kecil, sebelum menyiapkan makanan dan setelah memegang/menyentuh hewan;
 3. pengelolaan air minum dan makanan rumah tangga dilakukan dengan merebus terlebih dahulu air yang digunakan untuk keperluan minum sehari-hari, proses memasak yang higienis dan menyimpan makanan dan minuman yang benar;
 4. mengelola sampah dengan benar dengan memisahkan sampah organik dan sampah anorganik;
 5. pengamanan limbah cair rumah tangga dengan membuat Saluran Pembuangan Air Limbah (SPAL) yang memenuhi syarat, antara lain saluran ke air dan terdapat lubang peresapan limbah; dan
 6. pengendalian vektor penyakit menular;
- f. peningkatan edukasi hidup sehat dilakukan dengan berperan aktif, baik dalam memberikan informasi dan edukasi kepada masyarakat tentang perilaku hidup bersih dan sehat di dalam forum masyarakat atau tempat bekerja masing-masing;
- g. mendukung pelaksanaan kebijakan Kawasan Tanpa Rokok (KTR).

BAB VI
PEMBIAYAAN
Pasal 12

Pembiayaan pelaksanaan Peraturan Bupati ini dibebankan pada Anggaran Pendapatan dan Daerah Kabupaten Paser serta sumber lain yang sah dan tidak mengikat sesuai ketentuan peraturan perundang-undangan.

BAB IV
KETENTUAN PENUTUP
Pasal 13

Peraturan Bupati ini mulai berlaku pada tanggal diundangkan.

Agar setiap orang mengetahuinya, memerintahkan pengundangan Peraturan Bupati ini dengan penempatannya dalam Berita Daerah Kabupaten Paser

Ditetapkan di Tana Paser
pada tanggal 27 Desember 2018

BUPATI PASER,

YUSRIANSYAH SYARKAWI

Diundangkan di Tana Paser
pada tanggal 27 Desember 2018

SEKRETARIS DAERAH KABUPATEN PASER,

KATSUL WIJAYA

BERITA DAERAH KABUPATEN PASER TAHUN 2018 NOMOR 61

