



BUPATI KAYONG UTARA  
PROVINSI KALIMANTAN BARAT

PERATURAN BUPATI KAYONG UTARA  
NOMOR 33 TAHUN 2023  
TENTANG  
GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT

DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA

BUPATI KAYONG UTARA,

- Menimbang : a. bahwa untuk mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya perlu dilakukan gerakan yang sistematis dan terus menerus untuk mendorong masyarakat berperilaku hidup sehat;
- b. bahwa untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan bagi setiap orang untuk hidup sehat perlu didukung oleh kualitas lingkungan, ketersediaan sarana dan prasarana serta keterlibatan aktif seluruh komponen baik Pemerintah Daerah, sektor non pemerintah, dan masyarakat;
- c. bahwa untuk melaksanakan Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat, perlu untuk mengambil langkah-langkah untuk mewujudkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat di Kabupaten Kayong Utara;
- d. bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud dalam huruf a sampai dengan huruf c, perlu menetapkan Peraturan Bupati tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat;
- Mengingat : 1. Pasal 18 ayat (6) Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945;
2. Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2007 tentang Pembentukan Kabupaten Kayong Utara di Provinsi Kalimantan Barat (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2007 Nomor 8, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4682);
3. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 144, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia 5063) sebagaimana telah diubah dengan Undang-Undang Nomor 1 Tahun 2023 tentang Kitab Undang-Undang Hukum Pidana (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2023 Nomor 1, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6842);

4. 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 beberapa kali diubah, terakhir dengan Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2023 tentang Penetapan Peraturan Pemerintah Pengganti Undang-Undang Nomor 2 Tahun 2022 tentang Cipta Kerja Menjadi Undang-Undang (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2023 Nomor 41, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6856);
5. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 298, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5607);
6. Peraturan Pemerintah Nomor 86 Tahun 2019 tentang Keamanan Pangan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2019 Nomor 249, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6442);
7. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 2269/Menkes/Per/XI/2011 tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2011 Nomor 755);
8. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 1110);
9. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 39 Tahun 2016 tentang Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2016 Nomor 1223);
10. Peraturan Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional/Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Nasional Nomor 11 Tahun 2017 Tentang Pedoman Umum Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2017 Nomor 1505);
11. Peraturan Menteri Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Nomor 6 Tahun 2021 tentang Pedoman Umum Gerakan Nasional Revolusi Mental (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2021 Nomor 916);
12. Peraturan Daerah Kabupaten Kayong Utara Nomor 12 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah (Lembaran Daerah Kabupaten Kayong Utara Tahun 2016 Nomor 12, Tambahan Lembaran Daerah Kabupaten Kayong Utara Nomor 129) sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Daerah Kabupaten Kayong Utara Nomor 1 Tahun 2020 tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Kabupaten Kayong Utara Nomor 12 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah (Lembaran Daerah Kabupaten Kayong Utara Tahun 2020 Nomor 1, Tambahan Lembaran Daerah Kabupaten Kayong Utara Nomor 182);

13. Peraturan Bupati Kayong Utara Nomor 58 Tahun 2021 tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi Serta Tata Kerja Dinas Kesehatan dan Keluarga Berencana Kabupaten Kayong Utara (Berita Daerah Kabupaten Kayong Utara Tahun 2021 Nomor 58);

MEMUTUSKAN:

Menetapkan : PERATURAN BUPATI TENTANG GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT.

BAB I  
KETENTUAN UMUM

Pasal 1

Dalam Peraturan Bupati ini yang dimaksud dengan:

1. Daerah adalah Kabupaten Kayong Utara.
2. Pemerintah Daerah adalah Bupati sebagai unsur penyelenggara pemerintahan Daerah yang memimpin pelaksanaan urusan pemerintahan yang menjadi kewenangan Kabupaten Kayong Utara.
3. Bupati adalah Bupati Kayong Utara.
4. Perangkat Daerah adalah unsur pembantu Bupati dan Dewan Perwakilan Rakyat Daerah dalam penyelenggaraan urusan pemerintahan yang menjadi kewenangan Daerah.
5. Dinas adalah Perangkat Daerah yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan.
6. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat yang selanjutnya disingkat GERMAS adalah suatu tindakan yang sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dan kesadaran, kemauan berperilaku hidup sehat untuk meningkatkan kualitas hidup.

Pasal 2

- (1) Peraturan Bupati ini dimaksudkan untuk mengatur kebijakan dan mengambil beberapa langkah sesuai tugas, fungsi, dan kewenangan Pemerintah Daerah dalam mewujudkan GERMAS.
- (2) Manfaat GERMAS adalah untuk:
  - a. mempercepat dan menyinergikan dari upaya promotif dan preventif hidup sehat guna meningkatkan produktivitas penduduk dan menurunkan beban pembiayaan pelayanan kesehatan akibat penyakit;
  - b. mewujudkan GERMAS;
  - c. meningkatkan peran seluruh komponen masyarakat; dan
  - d. memberikan arahan kepada Perangkat Daerah dalam penyusunan kegiatan yang dapat menunjang pencapaian Kabupaten Kayong Utara yang sehat.

Pasal 3

GERMAS bertujuan untuk:

- a. menurunkan beban penyakit menular dan penyakit tidak menular, baik kematian maupun kecacatan;
- b. menurunkan beban pembiayaan pelayanan kesehatan karena meningkatnya penyakit;
- c. menghindari terjadinya penurunan produktivitas penduduk; dan
- d. menghindarkan peningkatan beban finansial penduduk untuk pengeluaran kesehatan.

## BAB II PERENCANAAN

### Pasal 4

- (1) Dalam melaksanakan GERMAS, Perangkat Daerah sesuai dengan tugas, fungsi, dan kewenangannya melakukan penyusunan rencana kegiatan GERMAS setiap tahun anggaran.
- (2) Penyusunan rencana kegiatan GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) mengikuti siklus perencanaan pembangunan dan penganggaran sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.
- (3) Hasil penyusunan rencana kegiatan GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (2) tercantum dalam dokumen perencanaan pembangunan dan penganggaran.
- (4) Dokumen perencanaan pembangunan dan penganggaran sebagaimana dimaksud pada ayat (3) meliputi:
  - a. rencana pembangunan jangka menengah Daerah;
  - b. rencana kerja Pemerintah Daerah;
  - c. rencana strategis Perangkat Daerah; dan
  - d. rencana kerja Perangkat Daerah.
- (5) Rencana kegiatan GERMAS diprioritaskan dan tercantum dalam rencana kerja Pemerintah Daerah.

## BAB III PELAKSANAAN GERMAS

### Bagian Kesatu Umum

### Pasal 5

- (1) GERMAS dilaksanakan di seluruh wilayah Daerah.
- (2) Pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan oleh Perangkat Daerah sesuai dengan tugas, fungsi, dan kewenangannya berdasarkan rencana kegiatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 4.
- (3) Selain Perangkat Daerah sesuai dengan tugas, fungsi, dan kewenangannya sebagaimana dimaksud pada ayat (2), pelaksanaan GERMAS dapat melibatkan:
  - a. desa;
  - b. dunia pendidikan;
  - c. swasta;
  - d. badan usaha;
  - e. organisasi kemasyarakatan; dan/atau
  - f. individu, keluarga, atau masyarakat.

### Bagian Kesatu Jenis Kegiatan

### Pasal 5

GERMAS dilaksanakan melalui kegiatan:

- a. peningkatan aktivitas fisik;
- b. peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat;
- c. penyediaan pangan sehat dan percepatan perbaikan gizi;
- d. peningkatan pencegahan dan deteksi dini penyakit;
- e. peningkatan kualitas lingkungan; dan
- f. peningkatan edukasi hidup sehat.

Bagian Kedua  
Peningkatan Aktivitas Fisik

Pasal 6

- (1) Peningkatan aktivitas fisik sebagaimana dimaksud dalam Pasal 5 huruf a dapat dilaksanakan melalui kegiatan berupa senam, jalan, lari, bersepeda dan aktivitas fisik lainnya.
- (2) Kegiatan peningkatan aktivitas fisik sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan pada:
  - a. tatanan rumah tangga;
  - b. institusi pendidikan;
  - c. tempat kerja;
  - d. tempat umum.
- (3) Kegiatan peningkatan aktivitas fisik sebagaimana dimaksud pada ayat (1) bertujuan untuk meningkatkan ketahanan fisik, kesehatan dan kebugaran masyarakat.
- (4) Untuk mendukung pelaksanaan peningkatan aktivitas fisik sebagaimana dimaksud pada ayat (1), Perangkat Daerah dapat menetapkan kebijakan dan mengambil langkah sesuai tugas, fungsi dan kewenangannya antara lain:
  - a. melaksanakan olahraga setiap hari Jumat paling sedikit 30 (tiga puluh) menit;
  - b. melakukan senam nusantara/senam peregangan di tempat kerja 2 (dua) kali sehari pada pukul 10.00 waktu setempat dan pukul 14.00 waktu setempat;
  - c. meningkatkan kegiatan aktivitas fisik atau olahraga di sekolah, madrasah dan satuan pendidikan secara eksternal dan ekstrakurikuler;
  - d. memfasilitasi penyelenggaraan olahraga masyarakat, dan meningkatkan penyediaan fasilitas sarana olahraga masyarakat;
  - e. memfasilitasi penyediaan sarana aktivitas fisik pada kawasan pemukiman dan sarana fasilitas umum;
  - f. memfasilitasi sarana dan prasarana yang aman dan nyaman bagi pejalan kaki dan pesepeda.

Bagian Ketiga  
Peningkatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat

Pasal 7

- (1) Peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat sebagaimana dimaksud dalam Pasal 5 huruf b mencakup semua perilaku yang dipraktikkan pada bidang:
  - a. pencegahan dan penanggulangan penyakit;
  - b. penyehatan lingkungan;
  - c. kesehatan ibu dan anak; dan
  - d. pemeliharaan kesehatan.
- (2) Kegiatan peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan pada lingkup:
  - a. rumah tangga;
  - b. institusi pendidikan;
  - c. tempat kerja;
  - d. tempat umum; dan
  - e. fasilitas pelayanan kesehatan.
- (3) Praktik perilaku hidup bersih dan sehat mencakup indikator, antara lain:
  - a. persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan;
  - b. memberikan air susu ibu eksklusif kepada bayi yang baru lahir sampai paling sedikit berusia 6 (enam) bulan;

- c. pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita setiap bulan di pos pelayanan terpadu/fasilitas pelayanan kesehatan;
  - d. menggunakan air bersih untuk memasak, mencuci dan mandi;
  - e. mencuci tangan dengan menggunakan sabun dan air bersih yang mengalir;
  - f. menggunakan jamban sehat;
  - g. memberantas jentik nyamuk;
  - h. mengkonsumsi makanan bergizi seimbang;
  - i. tidak merokok;
  - j. tidak minum minuman keras/narkoba;
  - k. membuang sampah di tempat sampah; dan/atau
  - l. tidak meludah sembarang tempat.
- (4) Dalam mendorong perilaku hidup bersih dan sehat sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dapat didukung dengan:
- a. penyediaan sarana untuk mencuci tangan dengan sabun dan air bersih yang mengalir di rumah, institusi pendidikan, tempat kerja, tempat umum dan fasilitas pelayanan kesehatan;
  - b. penyediaan kantin sehat;
  - c. penyediaan tempat sampah;
  - d. penyediaan fasilitas sanitasi yang bersih di institusi pendidikan, tempat kerja, tempat umum dan fasilitas pelayanan kesehatan;
  - e. penerapan kebijakan kawasan tanpa rokok;
  - f. penyediaan ruang khusus untuk merokok; dan/atau
  - g. penyediaan ruang menyusui/pojok laktasi di tempat kerja.

Bagian Keempat  
Penyediaan Pangan Sehat Dan Percepatan Perbaikan Gizi

Pasal 8

Penyediaan pangan sehat dan percepatan perbaikan gizi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 5 huruf c dilakukan melalui kegiatan:

- a. pengawasan peredaran obat dan pengamanan makanan oleh institusi yang membidangi;
- b. pengawasan terhadap penjualan makanan dan minuman anak di sekolah;
- c. penyediaan paling sedikit 1 (satu) porsi buah pada makanan ringan dan/atau 1 (satu) porsi sayur pada makanan di setiap pertemuan/rapat;
- d. pengawasan bahan berbahaya yang digunakan dalam produk pangan;
- e. pengawasan keamanan dan mutu pangan segar pada komoditas pertanian, peternakan dan perikanan;
- f. pemanfaatan pekarangan rumah untuk ditanami sayur dan buah; dan
- g. percepatan perbaikan gizi dengan program pendampingan 1000 (seribu) hari pertama kehidupan melalui:
  1. pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil;
  2. pemberian makanan tambahan pada ibu hamil yang kurang energi kronis;
  3. pemberian inisiasi menyusui dini;
  4. pemberian air susu ibu eksklusif pada bayi sampai dengan usia 6 (enam) bulan; dan/atau
  5. pemberian makanan pendamping air susu ibu pada bayi setelah usia 6 (enam) bulan dan tetap memberikan air susu ibu sampai usia 2 (dua) tahun, serta melakukan pemantauan pertumbuhan pada anak balita.

Bagian Kelima  
Peningkatan Pencegahan Dan Deteksi Dini Penyakit

Pasal 9

- (1) Peningkatan pencegahan dan deteksi dini penyakit sebagaimana dimaksud dalam Pasal 5 huruf d mencakup kegiatan pemeriksaan kesehatan rutin.
- (2) Sasaran pemeriksaan kesehatan rutin sebagaimana dimaksud pada ayat (1) adalah setiap penduduk usia paling rendah 15 (lima belas) tahun.
- (3) Pemeriksaan kesehatan rutin sebagaimana dimaksud pada ayat (1) bertujuan untuk mendorong masyarakat mengenali faktor risiko penyakit tidak menular terkait pola hidup dan melakukan upaya pengendalian di tingkat individu, keluarga dan masyarakat.
- (4) Untuk mendukung pelaksanaan pencegahan dan deteksi dini penyakit sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan upaya peningkatan pelaksanaan deteksi dini penyakit di:
  - a. pusat kesehatan masyarakat;
  - b. pos pembinaan terpadu penyakit tidak menular; dan
  - c. fasilitas pelayanan kesehatan lainnya.

Bagian Keenam  
Peningkatan Kualitas Lingkungan

Pasal 10

Peningkatan kualitas lingkungan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 5 huruf e dilaksanakan melalui kegiatan:

- a. penambahan ruang terbuka hijau;
- b. menjaga lingkungan kerja tetap bersih;
- c. pengendalian pencemaran badan air;
- d. pemantauan kualitas air minum;
- e. penyediaan sarana sanitasi sekolah sesuai standar;
- f. pengelolaan sampah dengan benar dengan memisahkan sampah organik dan sampah anorganik;
- g. mendorong masyarakat untuk membangun dan memanfaatkan bank sampah untuk mengurangi timbulan sampah;
- h. pengamanan limbah cair rumah tangga dengan membuat saluran pembuangan air limbah yang memenuhi syarat kesehatan; dan/atau
- i. peningkatan pemanfaatan sarana dan prasarana buang air besar keluarga dan masyarakat.

Bagian Ketujuh  
Peningkatan Edukasi Hidup Sehat

Pasal 11

Peningkatan edukasi hidup sehat sebagaimana dimaksud dalam Pasal 5 huruf f dilaksanakan melalui kegiatan:

- a. pelaksanaan kampanye pemberian air susu ibu eksklusif;
- b. peningkatan usaha kesehatan sekolah;
- c. pelaksanaan kampanye gemar berolahraga;
- d. pelaksanaan kampanye gemar makan ikan, buah dan sayur;
- e. pelaksanaan kampanye kesehatan reproduksi;
- f. pelaksanaan kampanye penyakit tidak menular;
- g. pelaksanaan kampanye perilaku hidup bersih dan sehat; dan/atau
- h. pelaksanaan kampanye hidup sehat tanpa rokok.

Bagian Kedelapan  
Koordinasi Pelaksanaan GERMAS

Pasal 12

- (1) Dalam rangka pelaksanaan komunikasi antar Perangkat Daerah dan para pemangku kepentingan GERMAS di Daerah, dibentuk Forum GERMAS.
- (2) Forum GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) mempunyai tugas:
  - a. melakukan pembinaan pelaksanaan seluruh GERMAS di Daerah;
  - b. mengoordinasikan, mengendalikan, dan mengevaluasi pelaksanaan GERMAS di Daerah;
  - c. menetapkan mekanisme koordinasi antar para pemangku kepentingan yang terlibat dalam pelaksanaan GERMAS;
  - d. melaksanakan rapat forum paling sedikit 2 (dua) kali dalam 1 (satu) tahun atau secara berkala dalam rangka evaluasi, pemantauan, dan perkembangan pelaksanaan GERMAS;
  - e. mengoordinasikan pelaksanaan tugas kelompok kerja operasional GERMAS;
  - f. menyusun rencana kerja pelaksanaan kelompok kerja operasional GERMAS serta menyusun laporan sebagai evaluasi pelaksanaannya;
  - g. mengambil beberapa langkah untuk pelaksanaan GERMAS sesuai tugas, fungsi, dan kewenangannya;
  - h. memfasilitasi terbentuknya Forum GERMAS tingkat kecamatan dan desa;
  - i. melaporkan seluruh pelaksanaan GERMAS kepada Bupati 1 (satu) kali dalam 1 (satu) tahun atau sewaktu-waktu apabila diperlukan.
- (3) Susunan keanggotaan Forum GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) disesuaikan dengan kebutuhan Pemerintah Daerah.
- (4) Masa bakti Forum GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) selama 5 (lima) tahun dan dapat ditunjuk kembali untuk 1 (satu) periode masa bakti.
- (5) Pembentukan Forum GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) ditetapkan dengan Keputusan Bupati.

Pasal 13

- (1) Dalam melaksanakan tugas Forum GERMAS sebagaimana dimaksud dalam Pasal 12, dibentuk sekretariat.
- (2) Sekretariat sebagaimana dimaksud pada ayat (1) berkedudukan di Dinas.
- (3) Sekretariat sebagaimana dimaksud pada ayat (1) bertugas memberikan dukungan teknis dan administrasi pelaksanaan kerja Forum GERMAS.

Pasal 14

- (1) Ketua Forum GERMAS menyampaikan laporan akhir pelaksanaan GERMAS kepada Bupati 1 (satu) kali dalam 1 (satu) tahun sekali paling lambat tanggal 10 (sepuluh) bulan Januari tahun anggaran berikutnya.
- (2) Laporan akhir pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) menggunakan format laporan sebagaimana tercantum dalam Lampiran yang merupakan bagian tidak terpisahkan dari Peraturan Bupati ini.

BAB IV  
PENDANAAN

Pasal 15

Sumber pendanaan pelaksanaan GERMAS di Daerah berasal dari:

- a. anggaran pendapatan dan belanja negara;
- b. anggaran pendapatan dan belanja Daerah; dan/atau
- c. sumber lain yang sah dan tidak mengikat sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

BAB V  
KETENTUAN PERALIHAN

Pasal 16

Pada saat Peraturan Bupati ini mulai berlaku:

- a. seluruh kegiatan pelaksanaan GERMAS di Daerah tetap dapat dilaksanakan sampai dengan berakhirnya jangka waktu kegiatan dimaksud; dan
- b. Forum GERMAS yang ada saat ini tetap melaksanakan tugasnya sampai dengan berakhir periode masa baktinya.

BAB VI  
KETENTUAN PENUTUP

Pasal 17

Peraturan Bupati ini mulai berlaku pada tanggal diundangkan.

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

Ditetapkan di Sukadana  
pada tanggal 12 Juli 2023

BUPATI KAYONG UTARA,

TTD

CITRA DUANI

Diundangkan di Sukadana  
pada tanggal 12 Juli 2023

PENJABAT SEKRETARIS DAERAH  
KABUPATEN KAYONG UTARA,

TTD

OMA ZULFITHANYAH

BERITA DAERAH KABUPATEN KAYONG UTARA TAHUN 2023 NOMOR

Salinan telah diteliti dan sesuai dengan aslinya

