



BUPATI ASAHAN  
PROVINSI SUMATERA UTARA

PERATURAN BUPATI ASAHAN  
NOMOR 55 TAHUN 2022

TENTANG

GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT  
DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA

BUPATI ASAHAN,

- Menimbang : bahwa untuk melaksanakan ketentuan Pasal 9 huruf b Peraturan Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional/Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Nasional Nomor 11 Tahun 2017 tentang Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat, 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 Darurat Nomor 7 Tahun 1956 tentang Pembentukan Daerah Otonom Kabupaten-Kabupaten dalam Lingkungan Daerah Propinsi Sumatera Utara (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1956 Nomor 58, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 1092);
3. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 144, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5063);
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 diubah beberapa kali, terakhir dengan Undang-Undang Nomor 9 Tahun 2015 tentang Perubahan Kedua Atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2014 tentang Pemerintahan Daerah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2015 Nomor 58, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5679);

5. Peraturan Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional/Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Nasional Nomor 11 Tahun 2017 tentang Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2017 Nomor 1507);

MEMUTUSKAN :

Menetapkan : PERATURAN BUPATI TENTANG GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT.

BAB I

KETENTUAN UMUM

Pasal 1

Dalam Peraturan Bupati ini yang di maksud dengan :

1. Daerah adalah Kabupaten Asahan.
2. Pemerintah Daerah adalah Bupati sebagai unsur penyelenggara Pemerintahan Daerah yang memimpin pelaksanaan urusan pemerintahan yang menjadi kewenangan Daerah otonom.
3. Bupati adalah Bupati Asahan.
4. Perangkat Daerah adalah unsur pembantu Bupati dan Dewan Perwakilan Rakyat Daerah dalam penyelenggaraan urusan pemerintah yang menjadi kewenangan daerah.
5. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat yang selanjutnya disingkat GERMAS adalah tindakan yang sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup.
6. 1000 Hari Pertama Kehidupan yang selanjutnya disingkat dengan 1000 HPK adalah 270 hari selama kehamilan dan 730 hari pada dua tahun pertama kehidupan anak.

BAB II

MAKSUD, TUJUAN DAN SASARAN

Pasal 2

- (1) Peraturan Bupati ini dimaksud sebagai pedoman untuk melaksanakan GERMAS serta mempercepat dan menyinergikan Upaya Promotif dan Upaya Preventif untuk hidup sehat guna meningkatkan produktifitas masyarakat dan menurunkan beban pembiayaan pelayanan kesehatan akibat penyakit.
- (2) Upaya Promotif sebagaimana dimaksud pada ayat (1) adalah suatu rangkaian kegiatan pelayanan kesehatan yang lebih mengutamakan kegiatan yang bersifat promosi kesehatan.
- (3) Upaya preventif sebagaimana dimaksud pada ayat (1) adalah suatu kegiatan upaya pencegahan terhadap suatu masalah kesehatan/penyakit.

### Pasal 3

Peraturan Bupati ini bertujuan untuk :

- a. meningkatkan peran Perangkat Daerah dalam GERMAS sesuai dengan tugas pokok kewenangannya;
- b. meningkatkan pemahaman, kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat untuk berperilaku sehat dalam upaya meningkatkan kualitas hidup; dan
- c. meningkatkan partisipasi dan peran serta masyarakat untuk hidup sehat.

### Pasal 4

Sasaran Peraturan Bupati ini adalah individu, keluarga, masyarakat, desa, kecamatan dan Perangkat Daerah di wilayah Daerah

## BAB III

### GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT

#### 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 aktifitas 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; dan
  - 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 aktifitas fisik sebagaimana dimaksud pada ayat (2), Perangkat Daerah dapat menetapkan kebijakan dan mengambil langkah sesuai tugas, fungsi dan kewenangan antara lain :
- a. melakukan 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 WIB dan pukul 14.00 WIB;
  - 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 fasilitas sarana aktivitas fisik pada kawasan pemukiman dan sarana fasilitas umum; dan
  - 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 rumah tangga, institusi pendidikan, tempat kerja, tempat umum dan 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 (ASI) 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 ( Posyandu)/faasilitas 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
  - 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 (KTR);
  - f. penyediaan ruang khusus untuk merokok; dan
  - g. penyediaan ruang menyusui untuk/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 (*snack*) 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;
- g. percepatan perbaikan gizi dengan program pendampingan 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) melalui :
  - 1. pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil;
  - 2. pemberian makanan tambahan pada ibu hamil yang Kurang Energi Kronis (KEK);
  - 3. pemberian Inisiasi Menyusui Dini (IMD);
  - 4. pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif pada bayi sampai dengan usia 6 (enam) bulan;

5. pemberian makanan pendamping Air Susu Ibu (ASI) pada bayi setelah usia 6 (enam) bulan dan tetap memberikan Air Susu Ibu (ASI) pada bayi setelah sampai usia 2 (dua) tahun atau lebih, 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 untuk mengenali faktor resiko 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 tempat fasilitas pelayanan kesehatan, antara lain :
  - a. Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas);
  - b. Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM); dan
  - c. Fasilitas pelayanan kesehatan lainnya.

Bagian Keenam  
Peningkatan Kualitas Lingkungan

Pasal 10

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

- a. penambahan Ruang Terbuka Hijau (RTH);
- 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 non organik;
- g. mendorong masyarakat untuk membangun dan memanfaatkan bak sampah untuk mengurangi timbunan sampah;
- h. pengamanan limbah cair rumah tangga dengan membuat Saluran Pembuangan Air Limbah (SPAL) yang memenuhi syarat kesehatan; dan/atau
- i. peningkatan pemanfaatan sarana dan prasarana buang air besar keluarga dan masyarakat.

Bagian Ketujuh  
Peningkatan Aktivitas Fisik dan 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 (ASI) eksklusif;
- b. peningkatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS);
- 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 (PTM);
- g. pelaksanaan kampanye Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS); dan
- h. pelaksanaan kampanye hidup sehat tanpa rokok.

BAB IV

PELAKSANAAN GERMAS

Pasal 12

- (1) GERMAS dilaksanakan di seluruh wilayah Daerah.
- (2) Pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) melibatkan :
  - a. Perangkat Daerah;
  - b. dunia pendidikan;
  - c. swasta;
  - d. badan usaha;
  - e. organisasi kemasyarakatan; dan
  - f. individu/keluarga/masyarakat.

BAB V

KELEMBAGAAN

Pasal 13

- (1) Bupati membentuk Tim Koordinasi Pelaksanaan GERMAS sebagai wadah koordinasi pelaksanaan GERMAS di Daerah.
- (2) Tim Koordinasi Pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) bertugas :
  - a. menyusun dan merencanakan kegiatan sebagai dasar dalam pelaksanaan kegiatan GERMAS;
  - b. melakukan fasilitas, koordinasi, pemantauan dan evaluasi pelaksanaan GERMAS di wilayah Daerah; dan
  - c. melaporkan hasil pelaksanaan kegiatan GERMAS pada Bupati.
- (3) Keanggotaan Tim Koordinasi Pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) terdiri atas :

- a. pengarah;
  - b. penanggung jawab;
  - c. ketua;
  - d. sekretaris; dan
  - e. anggota.
- (4) Masa bakti Tim Koordinasi Pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) selama 5 (lima) tahun dan dapat ditunjuk kembali untuk 1 (satu) periode masa bakti.
- (5) Pembentukan Tim Koordinasi Pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) ditetapkan dengan Keputusan Bupati.

#### Pasal 14

Tim Koordinasi Pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud dalam Pasal 13 melakukan rapat koordinasi paling sedikit 2 (dua) kali dalam setahun.

#### Pasal 15

- (1) Dalam melaksanakan tugasnya, Tim Koordinasi Pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud dalam Pasal 13 dibantu oleh sekretariat.
- (2) Sekretariat sebagaimana dimaksud pada ayat (1) berkedudukan pada Perangkat Daerah yang membidangi urusan kesehatan.
- (3) Sekretaris sebagaimana dimaksud pada ayat (1) melaksanakan tugas administrasi.

### BAB VI

#### PELAPORAN

#### Pasal 16

- (1) Ketua Tim Koordinasi Pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud dalam Pasal 13 ayat (3) huruf c menyampaikan laporan pelaksanaan kegiatan GERMAS kepada Bupati setiap 1 (satu) tahun sekali paling lambat tanggal 10 bulan Januari tahun anggaran berikutnya.
- (2) Laporan pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) menggunakan format laporan sebagaimana tercantum dalam Lampiran yang merupakan bagian tidak terpisahkan dari Peraturan Bupati ini.

### BAB VII

#### PENGANGGARAN

#### Pasal 17

- (1) Perangkat Daerah menyusun perencanaan dan penganggaran untuk mendukung pelaksanaan GERMAS sesuai dengan tugas pokok dan fungsi masing-masing.
- (2) Penganggaran pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dapat bersumber dari :
  - a. Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah; dan
  - b. sumber pembiayaan lain yang sah dan tidak mengikat sesuai ketentuan peraturan perundang-undangan.



- (3) Penyusunan perencanaan dan penganggaran sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dikoordinasikan oleh Perangkat Daerah yang membidangi perencanaan pembangunan Daerah dengan berpedoman pada ketentuan peraturan perundang-undangan.

BAB VIII  
KETENTUAN PENUTUP  
Pasal 18

Peraturan Bupati ini mulai berlaku pada tanggal diundangkan.

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

Ditetapkan di Kisaran  
pada tanggal 15 November 2022

BUPATI ASAHAN,

ttd

S U R Y A

Diundangkan di Kisaran  
pada tanggal 15 November 2022  
SEKRETARIS DAERAH KABUPATEN ASAHAN,

ttd

JOHN HARDI NASUTION

**BERITA DAERAH KABUPATEN ASAHAN TAHUN 2022 NOMOR 56**

LAMPIRAN PERATURAN BUPATI ASAHAN  
 NOMOR 55 TAHUN 2022  
 TENTANG GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT

**FORMAT LAPORAN PELAKSANAAN GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT**

Tahun : .....

No	Kegiatan GERMAS	Indikator	Definisi Operasional(DO) Indikator	Target			Anggaran (dalam juta rupiah)		
				Target	Capaian		Alokasi Anggaran	Realisasi	
					Semester 1	Semester 2		Semester 1	Semester 2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

BUPATI ASAHAN,

ttd

S U R Y A