



BUPATI MAMUJU  
PROVINSI SULAWESI BARAT

PERATURAN BUPATI MAMUJU  
NOMOR 21 TAHUN 2024  
TENTANG  
GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT

DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA  
BUPATI MAMUJU,

Menimbang : bahwa untuk melaksanakan ketentuan Pasal 9 huruf b Peraturan Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional/Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Nasional Nomor 11 Tahun 2017 tentang Pedoman Umum 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 Nomor 29 Tahun 1959 tentang Pembentukan Daerah Tingkat II di Sulawesi (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1959 Nomor 74, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 1822);
3. Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2014 tentang Pemerintahan Daerah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 244, Tambahan Lembaran Negara 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);
4. 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);

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 Mamuju.
2. Pemerintah Daerah adalah Pemerintah Kabupaten Mamuju.
3. Bupati adalah Bupati Mamuju.
4. Perangkat Daerah adalah unsur pembantu Bupati dan Dewan Perwakilan Rakyat Daerah kabupaten dalam penyelenggaraan Urusan Pemerintahan yang menjadi kewenangan Daerah.
5. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat 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.
6. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang selanjutnya disingkat PHBS adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat.
7. Air Susu Ibu Eksklusif yang selanjutnya disingkat ASI Eksklusif adalah susu yang diproduksi oleh manusia untuk konsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bayi yang belum dapat mencerna makanan padat. Air susu ibu diproduksi karena pengaruh hormon prolaktin dan oksitosin setelah kelahiran bayi.

### Pasal 2

Ruang lingkup pengaturan dalam Peraturan Bupati ini, meliputi:

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

## BAB II PERENCANAAN

### Pasal 3

- (1) Perangkat Daerah yang membidangi perencanaan mengoordinir pelaksanaan kegiatan GERMAS setiap tahun.
- (2) Koordinasi pelaksanaan kegiatan GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (1), dilaksanakan sesuai dengan ketentuan Peraturan Perundang-undangan.

### Pasal 4

- (1) Setiap Perangkat Daerah melaksanakan penyusunan perencanaan dan penganggaran untuk mendukung GERMAS sesuai tugas dan fungsinya yang dicantumkan dalam dokumen rencana kerja pemerintah Daerah.
- (2) Penyusunan rencana kegiatan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) difokuskan untuk mencapai enam tujuan GERMAS, yaitu:

- a. peningkatan aktivitas fisik;
- b. peningkatan perilaku hidup 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.

### BAB III PELAKSANAAN

#### Pasal 5

- (1) Pelaksanaan GERMAS berdasarkan dokumen rencana kerja Pemerintah Daerah sebagaimana dimaksud dalam Pasal 4 ayat (1).
- (2) Dalam hal Pelaksanaan GERMAS belum tercantum dalam rencana kerja Pemerintah Daerah sebagaimana dimaksud pada ayat (1) Perangkat Daerah melakukan optimalisasi terhadap rencana kegiatan dan anggaran yang ada.
- (3) Pelaksanaan GERMAS melibatkan:
  - a. seluruh Perangkat Daerah;
  - b. Pemerintah desa;
  - c. swasta;
  - d. organisasi kemasyarakatan;
  - e. individu;
  - f. keluarga; dan
  - g. masyarakat.
- (4) Pelaksanaan GERMAS sebagaimana dimaksud pada ayat (3) dilaksanakan di seluruh Daerah.

#### Pasal 6

- (1) Kegiatan peningkatan aktivitas fisik sebagaimana dimaksud dalam Pasal 4 ayat (2) huruf a bertujuan untuk meningkatkan ketahanan fisik, kesehatan dan kebugaran masyarakat.
- (2) Kegiatan peningkatan aktivitas fisik sebagaimana dimaksud pada ayat 1 dilakukan pada:
  - a. tatanan rumah tangga;
  - b. institusi pendidikan;
  - c. tempat kerja; dan/atau
  - d. tempat umum.
- (3) Peningkatan aktivitas fisik sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dapat dilaksanakan melalui kegiatan berupa senam, jalan, lari, bersepeda dan aktivitas fisik lainnya.
- (4) Untuk mendukung pelaksanaan peningkatan aktivitas fisik sebagaimana dimaksud pada ayat (1), Perangkat Daerah dapat menetapkan kebijakan dan mengambil langkah sebagai berikut:
  - a. melaksanakan olah raga setiap hari Jumat paling sedikit 30 (tiga puluh) menit;
  - b. melakukan senam peregangan ditempat kerja 2 (dua) kali sehari pada pukul 10.00 WITA dan pukul 15.00 WITA;
  - c. memfasilitasi penyelenggaraan olah raga dan meningkatkan penyediaan fasilitas sarana olah raga masyarakat;

- d. memfasilitasi penyediaan sarana aktivitas fisik pada kawasan pemukiman dan sarana fasilitas umum; dan/atau
- e. memfasilitasi sarana dan prasarana yang aman dan nyaman bagi pejalan kaki, pelari dan pesepeda.

#### Pasal 7

- (1) Peningkatan Perilaku Hidup Sehat sebagaimana dimaksud dalam Pasal 4 ayat (2) 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 Sehat sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan dengan PHBS pada lingkup:
  - a. rumah tangga;
  - b. institusi pendidikan;
  - c. tempat kerja;
  - d. tempat umum dan fasilitas pelayanan kesehatan.
- (3) PHBS sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf a harus mempraktikkan perilaku yang dapat menciptakan rumah tangga ber PHBS melalui kegiatan:
  - a. memperhatikan perilaku yang dapat menciptakan lingkup rumah tangga ber-PHBS yang mencakup persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan;
  - b. memberi bayi ASI Eksklusif;
  - c. menimbang anak dibawah 5 (lima) tahun setiap bulan;
  - d. menggunakan air bersih;
  - e. mencuci tangan dengan air bersih dengan sabun/hand sanitizer;
  - f. pengelolaan air minum dan makanan di rumah tangga;
  - g. menggunakan jamban sehat;
  - h. pengelolaan limbah cair di rumah tangga;
  - i. membuang sampah ditempat sampah;
  - j. memberantas jentik nyamuk;
  - k. makan buah dan sayur setiap hari;
  - l. melakukan aktivitas fisik setiap hari; dan
  - m. tidak merokok.
- (4) PHBS lingkup institusi pendidikan sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf b harus mempraktikkan perilaku yang dapat menciptakan institusi pendidikan ber-PHBS melalui kegiatan:
  - a. mencuci tangan menggunakan sabun/hand sanitizer;
  - b. mengonsumsi makanan dan minuman sehat;
  - c. menggunakan jamban sehat;
  - d. membuang sampah di tempat sampah;
  - e. tidak merokok;
  - f. tidak mengonsumsi NAPZA;
  - g. tidak meludah sembarang tempat;
  - h. memberantas jentik nyamuk; dan
  - i. mengurangi pemakaian gawai.

- i. PHBS lingkup tempat kerja sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf c harus mempraktikkan perilaku yang dapat menciptakan institusi pendidikan ber-PHBS melalui kegiatan:
  - a. mencuci tangan dengan sabun/hand sanitizer;
  - b. mengonsumsi makanan dan minuman sehat;
  - c. menggunakan jamban sehat;
  - d. membuang sampah di tempat sampah;
  - e. tidak merokok;
  - f. tidak mengonsumsi NAPZA;
  - g. tidak meludah sembarang tempat; dan
  - h. memberantas jentik nyamuk.
- (5) PHBS lingkup fasilitas pelayanan kesehatan sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf d harus mempraktikkan perilaku yang dapat menciptakan fasilitas pelayanan kesehatan ber-PHBS melalui kegiatan:
  - a. mencuci tangan dengan sabun /hand sanitizer;
  - b.menggunakan jamban sehat;
  - c. membuang sampah di tempat sampah;
  - d. tidak merokok;
  - e. tidak mengonsumsi NAPZA;
  - f tidak meludah di sembarang tempat; dan
  - g. memberantas jentik nyamuk.

#### Pasal 8

- (1) Penyediaan pangan sehat dan percepatan perbaikan gizi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 4 ayat (2) huruf c dilakukan melalui kegiatan:
  - a. pengawasan peredaran obat dan pengamanan makanan oleh institusi yang bersangkutan;
  - 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;
- (2) Percepatan perbaikan gizi dengan program pendampingan 1000 HPK melalui:
  - a. pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil;
  - b. pemberian makanan tambahan pada ibu hamil yang kurang energi kronis;
  - c. pemberian inisiasi menyusui dini;
  - d. pemberian ASI Eksklusif pada bayi sampai dengan usia 6 (enam) bulan;
  - e. pemberian makanan pendamping ASI Eksklusif pada bayi setelah usia 6 (enam) bulan dan tetap memberikan ASI Eksklusif sampai usia 2 (dua) tahun; dan
  - f. melakukan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan pada anak balita.

#### Pasal 9

- (1) Peningkatan pencegahan dan deteksi dini penyakit sebagaimana dimaksud dalam Pasal 4 ayat (2) huruf d mencakup kegiatan penyelenggaraan penanggulangan penyakit tidak menular melalui upaya kesehatan masyarakat dilaksanakan dengan upaya kesehatan masyarakat berupa:
  - a. pencegahan; dan
  - b. pengendalian.
- (2) Pencegahan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) huruf a dititik beratkan pada pengendalian faktor risiko penyakit tidak menular yang dapat diubah meliputi:
  - a. kurang aktivitas fisik;
  - b. diet yang tidak sehat;
  - c. konsumsi minuman beralkohol;
  - d. lingkungan yang tidak sehat; dan
  - e. depresi/stres.
- (3) Pengendalian sebagaimana dimaksud pada ayat (1) huruf b dilaksanakan melalui kegiatan:
  - a. promosi kesehatan;
  - b. deteksi dini faktor risiko; dan
  - c. perlindungan khusus.
- (4) Untuk mendukung pelaksanaan deteksi dini penyakit sebagaimana dimaksud pada ayat (3) dapat dilakukan di:
  - a. pusat kesehatan masyarakat;
  - b. posyandu; dan/atau
  - c. fasilitas pelayanan kesehatan lainnya.

#### Pasal 10

Peningkatan kualitas lingkungan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 4 ayat (2) 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 an organik;
- g. mendorong masyarakat untuk membangun dan memanfaatkan bank sampah untuk mengurangi timbunan 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.

#### Pasal 11

Peningkatan edukasi hidup sehat sebagaimana dimaksud dalam Pasal 4 ayat (2) huruf f dilaksanakan melalui kegiatan:

- a. pelaksanaan kampanye pemberian air susu ibu eksklusif;
- b. peningkatan usaha kesehatan sekolah;
- c. pelaksanaan kampanye gemar berolah raga;
- d. pelaksanaan kampanye gemar makan ikan, buah dan sayur;
- e. pelaksanaan kampanye kesehatan reproduksi;
- f. pelaksanaan gerakan aksi bergizi;

- g. pelaksanaan gerakan cegah stunting;
- h. pelaksanaan gerakan bumil sehat;
- i. pelaksanaan kampanye aktifkan posyandu;
- j. pelaksanaan gerakan pengendalian penyakit prioritas; dan
- k. pelaksanaan kampanye PHBS.

#### BAB IV PEMANTAUAN, EVALUASI, DAN PELAPORAN

##### Pasal 12

Kepala Perangkat Daerah yang melaksanakan fungsi penunjang urusan pemerintahan bidang perencanaan melakukan pemantauan dan evaluasi pelaksanaan kegiatan GERMAS yang dilakukan oleh Perangkat Daerah.

##### Pasal 13

Pemantauan dan Evaluasi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 12, bertujuan untuk:

- a. memastikan pelaksanaan kegiatan GERMAS di Daerah berjalan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan;
- b. mengidentifikasi dan mengantisipasi permasalahan yang dihadapi dalam pelaksanaan kegiatan GERMAS di Daerah; dan
- c. merumuskan langkah tindak lanjut yang diperlukan untuk perbaikan pelaksanaan kegiatan GERMAS.

##### Pasal 14

- (1) Pemantauan pelaksanaan kegiatan GERMAS di Daerah dilakukan paling sedikit setiap 6 (enam) bulan sekali.
- (2) Pemantauan pelaksanaan kegiatan GERMAS di Daerah sebagaimana dimaksud pada ayat (1), paling sedikit memuat informasi sebagai berikut:
  - a. kegiatan, indikator, target dan alokasi pendanaan kegiatan;
  - b. perkembangan capaian output kegiatan dan realisasi anggaran, dengan perbandingannya terhadap target yang ditetapkan;
  - c. permasalahan dan kendala pelaksanaan kegiatan; dan
  - d. langkah tindak lanjut.
- (3) Pemantauan pelaksanaan kegiatan GERMAS di Daerah sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dapat melibatkan pemangku kepentingan lain yang berkontribusi pada GERMAS di Daerah.

##### Pasal 15

Dalam rangka pelaksanaan pemantauan kegiatan GERMAS di Daerah, setiap Perangkat Daerah wajib melaporkan perkembangan pelaksanaan kegiatan GERMAS yang telah dilaksanakan kepada Bupati melalui Perangkat Daerah yang melaksanakan fungsi penunjang urusan pemerintahan bidang perencanaan.

##### Pasal 16

- (1) Pelaksanaan kegiatan GERMAS di Daerah dievaluasi setiap 1 (satu) tahun sekali.
- (2) Evaluasi pelaksanaan kegiatan GERMAS di Daerah sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dapat melibatkan pemangku kepentingan terkait dengan GERMAS di Daerah.

Pasal 17

- (1) Evaluasi pelaksanaan kegiatan GERMAS di Daerah sebagaimana dimaksud dalam Pasal 16 dilakukan oleh Perangkat Daerah yang melaksanakan fungsi penunjang urusan pemerintahan bidang perencanaan.
- (2) Kepala Perangkat Daerah sebagaimana dimaksud pada ayat (1) melaporkan hasil evaluasi pelaksanaan kegiatan GERMAS di Daerah kepada Bupati.

Pasal 18

Bupati melaporkan hasil evaluasi pelaksanaan kegiatan GERMAS di Daerah sebagaimana dimaksud dalam Pasal 17 kepada Gubernur.

Pasal 19

Laporan hasil evaluasi pelaksanaan GERMAS di Daerah sebagaimana dimaksud dalam Pasal 17 dan Pasal 18, paling sedikit mencakup informasi mengenai:

- a. rincian kegiatan dan evaluasi pelaksanaan kegiatan;
- b. tantangan dalam pelaksanaan kegiatan;
- c. terobosan atau kisah sukses sebagai pembelajaran; dan
- d. langkah tindak lanjut yang diperlukan.

**BAB V**  
**KETENTUAN PENUTUP**

Pasal 20

Peraturan Bupati ini mulai berlaku pada tanggal diundangkan. Agar setiap orang mengetahui, memerintahkan pengundangan Peraturan Bupati ini dengan penempatannya dalam Berita Daerah Kabupaten Mamuju.

Ditetapkan di Mamuju  
pada tanggal 17 September 2024  
BUPATI MAMUJU,

cap/ttd

SITTI SUTINAH SUHARDI

Diundangkan di Mamuju  
pada tanggal 17 September 2024  
SEKRETARIS DAERAH KABUPATEN MAMUJU,

cap/ttd

SUAIB

BERITA DAERAH KABUPATEN MAMUJU TAHUN 2024 NOMOR 21

Disalin sesuai aslinya

