



## **WALIKOTA PADANG PANJANG PROVINSI SUMATERA BARAT**

---

### **PERATURAN WALIKOTA PADANG PANJANG NOMOR 11 TAHUN 2018**

#### **TENTANG**

#### **GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT**

#### **DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA**

#### **WALIKOTA PADANG PANJANG,**

- Menimbang** :
- a. bahwa dalam rangka mempercepat dan mensinergikan kegiatan dan tindakan upaya promotif dan preventif hidup sehat, guna meningkatkan produktifitas penduduk dan menurunkan beban pembiayaan pelayanan kesehatan akibat penyakit perlu dilaksanakan kegiatan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat;
  - b. bahwa untuk melaksanakan Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat, perlu dilakukan perbaikan kualitas lingkungan dan perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat;
  - c. bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud dalam huruf a dan huruf b, perlu menetapkan Peraturan Walikota Padang Panjang tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.
- Mengingat** :
1. Undang-Undang Nomor 8 Tahun 1956 tentang Pembentukan Daerah Otonom Kota Kecil Dalam Lingkungan Daerah Propinsi Sumatera Tengah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1956 Nomor 19, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 962);
  2. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2003 Nomor 78, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4301);
  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 32 Tahun 2009 tentang Perlindungan dan Pengelolaan Lingkungan Hidup (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 140, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5059);

5. Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2014 tentang Pemerintah 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 9 Tahun 2015 (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2015 Nomor 58, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5679);
6. Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat;
7. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 2269/Menkes/Per/XI/2011 Tahun 2011 tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat;
8. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang;
9. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 39 Tahun 2016 tentang Pedoman Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan Keluarga;
10. Peraturan Daerah Kota Padang Panjang Nomor 2 Tahun 2014 tentang Kawasan Tanpa Asap Rokok (Lembaran Daerah Kota Padang Panjang Tahun 2014 Nomor 2 seri E.1);
11. Peraturan Daerah Kota Padang Panjang Nomor 9 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah (Lembaran Daerah Kota Padang Panjang Tahun 2016 Nomor 9 Seri B.1);
12. Peraturan Walikota Padang Panjang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Petunjuk Pelaksanaan Peraturan Daerah Kota Padang Panjang Nomor 2 Tahun 2014 tentang Kawasan Tanpa Rokok (Berita Daerah Kota Padang Panjang Tahun 2016 Nomor 8 Seri E.3);
13. Peraturan Walikota Padang Panjang Nomor 33 Tahun 2016 tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi serta Tata Kerja Dinas Kesehatan (Berita Daerah Kota Padang Panjang Tahun 2016 Nomor 33 Seri D.5).

**MEMUTUSKAN :**

**Menetapkan : PERATURAN WALIKOTA TENTANG GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT.**

**BAB I  
KETENTUAN UMUM**

**Pasal 1**

Dalam Peraturan Walikota ini yang dimaksud dengan :

1. Daerah adalah Kota Padang Panjang.

2. Pemerintah Daerah adalah kepala Daerah sebagai unsur penyelenggara pemerintahan daerah yang memimpin pelaksanaan Urusan Pemerintahan yang menjadi kewenangan Daerah otonom.
3. Walikota adalah Walikota Padang Panjang.
4. Perangkat Daerah adalah unsur Pembantu Walikota dan Dewan Perwakilan Rakyat Daerah dalam penyelenggaraan Urusan Pemerintahan yang menjadi kewenangan Daerah.
5. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat yang selanjutnya disingkat GERMAS adalah Upaya-upaya yang dilakukan dalam rangka mempercepat dan mensinergikan tindakan promotif dan preventif hidup sehat guna meningkatkan produktifitas penduduk dan menurunkan beban biaya pelayanan kesehatan akibat penyakit.
6. Pesan sehat adalah pesan yang berisi berupa ajakan dan promosi kesehatan yang disampaikan kepada masyarakat guna menggerakkan masyarakat agar mau berperilaku hidup bersih dan sehat sehingga meningkatnya kesehatan masyarakat.

## **BAB II PELAKSANAAN GERMAS**

### **Pasal 2**

Peran Pemerintah Kota Padang Panjang dalam mensukseskan Kampanye GERMAS dijabarkan melalui rencana aksi seluruh perangkat daerah yang ada di lingkungan Pemerintah Kota Padang Panjang

### **Pasal 3**

Ruang lingkup dari Peraturan Walikota ini meliputi :

- a. peran masyarakat dalam Gerakan Masyarakat Hidup Sehat;
- b. peran Perangkat Daerah dalam Gerakan Masyarakat Hidup Sehat;
- c. peran Dunia Usaha dalam Gerakan Masyarakat Hidup Sehat;
- d. peran Akademisi dalam Gerakan Masyarakat Hidup Sehat;
- e. peran lembaga swadaya masyarakat / organisasi masyarakat dalam Gerakan Masyarakat Hidup Sehat; dan
- f. pesan sehat Kota Padang Panjang.

## **BAB III PERAN MASYARAKAT**

### **Pasal 4**

Peran Masyarakat dalam mensukseskan GERMAS adalah :

- 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. senam peregangan ditempat kerja masing – masing setiap 2 ( dua ) kali dalam 1 ( satu ) hari kerja.

- b. Peningkatan perilaku hidup sehat, antara lain dengan :
  1. persalinan di fasilitas kesehatan;
  2. memberi bayi Air Susu Ibu Eksklusif sampai dengan usia 6 ( enam ) bulan;
  3. menimbang balita setiap bulan di Pos Pelayanan Terpadu / Fasilitas Pelayanan Kesehatan;
  4. menggunakan air bersih;
  5. mencuci tangan dengan air bersih dan sabun;
  6. menggunakan jamban sehat;
  7. memberantas jentik di rumah; dan
  8. tidak merokok di dalam rumah.
- c. penyediaan pangan sehat dan percepatan perbaikan gizi:
  1. penyediaan pangan sehat dapat dilakukan dengan Penerapan Pesan Umum Gizi Seimbang sebagaimana dimaksud dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang yaitu :
    - a) syukuri dan nikmati anekaragam makanan;
    - b) banyak makan sayuran dan cukup buah – buahan;
    - c) biasakan mengkonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi;
    - d) biasakan mengkonsumsi anekaragam makanan pokok;
    - e) batasi konsumsi pangan manis,asin dan berlemak;
    - f) biasakan sarapan;
    - g) biasakan minum air putih yang cukup dan aman biasakan membaca label pada kemasan pangan;
    - h) cuci tangan pakai sabun dengan air bersih mengalir;
    - i) lakukan aktivitas fisik yang cukup dan pertahankan berat badan normal.
  2. percepatan Perbaikan Gizi di fokuskan pada masa 1000 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 );
    - g) kunjungan rumah untuk monitoring dan evaluasi sasaran pendampingan.
- d. peningkatan Pencegahan Deteksi Dini Penyakit dilakukan dalam bentuk pemeriksaan kesehatan secara rutin dan berkala di Pusat Kesehatan Masyarakat ( Puskesmas )/ Rumah Sakit, Pos Pembinaan Terpadu ( Posbindu ) atau Fasilitas Pelayanan Kesehatan lainnya yang terjadwal di lingkungan 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 basah dan sampah kering; dan
  5. pengamanan limbah cair rumah tangga dengan membuat saluran pembuangan air limbah (SPAL ) yang memenuhi syarat.
- 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 sesuai Peraturan Daerah Kota Padang Panjang Nomor 2 Tahun 2014 tentang Kawasan Tanpa Rokok.

#### **BAB IV PERAN PERANGKAT DAERAH**

##### **Pasal 5**

Dinas Kesehatan untuk :

- a. melaksanakan kampanye Gerakan Masyarakat Hidup Sehat dan Peningkatan Perilaku Hidup Bersih Sehat;
- b. meningkatkan advokasi dan pembinaan daerah dalam pelaksanaan kebijakan Kawasan Tanpa Rokok (KTR);
- c. meningkatkan pendidikan mengenai gizi seimbang dan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif; dan
- d. meningkatkan pelaksanaan deteksi dini penyakit dan menyusun panduan pelaksanaan deteksi dini penyakit di fasilitas kesehatan Pemerintah maupun swasta dan Upaya Kesehatan Berbasis Masyarakat.

##### **Pasal 6**

Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga untuk :

- a. meningkatkan kampanye gemar berolahraga, memfasilitasi penyelenggaraan olahraga masyarakat dan meningkatkan penyediaan fasilitas sarana olahraga masyarakat;
- b. meningkatkan kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS);
- c. mewujudkan sekolah sebagai Kawasan Tanpa Rokok;
- d. mendorong Sekolah Ramah Anak;

- e. meningkatkan kegiatan aktivitas fisik/olahraga sebelum Kegiatan belajar mengajar dan senam peregangan setiap 2 jam di sekolah dan satuan pendidikan secara eksternal dan ekstrakurikuler;
- f. menyediakan sarana sanitasi sekolah;
- g. meningkatkan pendidikan perilaku hidup bersih dan sehat; dan
- h. melaksanakan Hari Sehat Sekolah melalui kegiatan olahraga bersama, membawa bekal makanan sehat, meminum tablet tambah darah untuk remaja putri dan pemberantasan sarang nyamuk.

#### **Pasal 7**

Dinas Pangan dan Pertanian untuk:

- a. mengawasi keamanan dan mutu pangan segar yang tidak memiliki kandungan pestisida berbahaya;
- b. meningkatkan produksi buah dan sayur dalam negeri dan mendorong pemanfaatan pekarangan rumah untuk menanam sayur dan buah;
- c. meningkatkan dan memperluas pelaksanaan Gerakan
- d. memasyarakatkan makan ikan pada masyarakat; dan
- e. mengawasi mutu dan keamanan hasil perikanan.

#### **Pasal 8**

Dinas Pekerjaan Umum dan dan Penataan Ruang untuk:

- a. memfasilitasi penyediaan sarana aktivitas fisik pada kawasan permukiman dan sarana fasilitas umum;
- b. mendorong dan memfasilitasi pemerintah daerah untuk menyediakan ruang terbuka hijau publik yang memadai diwilayahnya; dan
- c. memfasilitasi penyediaan air bersih dan sanitasi dasar pada fasilitas umum.

#### **Pasal 9**

Dinas Perhubungan untuk:

- a. mewujudkan angkutan umum bebas asap rokok; dan
- b. mewujudkan terminal, halte dan fasilitas umum perhubungan lainnya yang bebas asap rokok.

#### **Pasal 10**

Dinas Perumahan, Kawasan Pemukiman dan Lingkungan Hidup untuk:

- a. mengendalikan pencemaran air;
- b. mendorong masyarakat untuk membangun dan memanfaatkan bank sampah untuk mengurangi timbulan sampah; dan
- c. mendorong kemitraan lingkungan dan peran serta masyarakat dalam menjaga kualitas lingkungan.

#### **Pasal 11**

Dinas Perdagangan, Koperasi Usaha Kecil dan Menengah untuk:

- a. meningkatkan pengawasan terhadap peredaran dan penjualan produk tembakau, minuman beralkohol, dan

- bahan berbahaya yang sering disalahgunakan dalam pangan; dan
- b. meningkatkan promosi makanan dan minuman sehat termasuk sayur dan buah produksi dalam negeri.

### **Pasal 12**

Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu untuk :

- a. mendorong dan memfasilitasi perusahaan untuk melaksanakan pemeriksaan kesehatan/deteksi dini penyakit pada pekerja; dan
- b. mendorong dan memfasilitasi perusahaan untuk menyediakan sarana ruang menyusui, melaksanakan kegiatan olahraga ditempat kerja, dan menerapkan KTR.

### **Pasal 13**

Dinas Komunikasi dan Informatika untuk :  
melakukan diseminasi informasi layanan masyarakat terkait pola hidup bersih dan sehat.

### **Pasal 14**

Dinas Sosial, Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak untuk:

- a. melakukan promosi untuk menggerakkan partisipasi kaum perempuan dalam upaya deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular; dan
- b. meningkatkan komunikasi, informasi dan edukasi GERMAS Kota Padang Panjang bagi keluarga, perempuan, dan anak.

### **Pasal 15**

Satuan Polisi Pamong Praja dan Pemadam Kebakaran untuk:

- a. mewujudkan kawasan zona PKL yang bersih dan sehat; dan
- b. meningkatkan kualitas bersih dan sehat pada produk PKL.

### **Pasal 16**

Kementerian Agama untuk:

- a. melaksanakan bimbingan kesehatan pranikah untuk mendorong perilaku hidup sehat dan peningkatan status gizi calon pengantin serta mendorong pelaksanaan kegiatan rumah ibadah bersih dan sehat;
- b. memperkuat fungsi Pos Kesehatan Madrasah dan mendorong madrasah sebagai KTR dan Madrasah Ramah Anak; dan
- c. meningkatkan kegiatan aktivitas fisik/olahraga di madrasah dan penyediaan sarana sanitasi.

### **Pasal 17**

Kecamatan dan Kelurahan untuk:

- a. melaksanakan gerakan masyarakat hidup sehat dalam wilayah Kecamatan/Kelurahannya;

- b. memotifasi masyarakat untuk memelihara dan menjaga sarana prasarana lingkungan dan penghijauan kota di setiap permukiman yang menjadi wilayah kerjanya; dan
- c. mendorong pembentukan bank sampah di setiap Kecamatan dan Kelurahan.

## **BAB V ORGANISASI PERANGKAT DAERAH LAINNYA**

### **Pasal 18**

Perangkat Daerah lainnya ikut serta dalam pelaksanaan GERMAS Kota Padang Panjang dan bertanggung jawab untuk menjaga dan menyediakan sarana Kesehatan dan Keselamatan Kerja ( K3 ) dikantor dan lingkungannya masing – masing serta :

- a. membudidayakan aktifitas fisik ditempat kerja dengan melaksanakan peregangan di kantor setiap jam 10.00 wib dan 14.00 wib.
- b. mengganti snack pertemuan/ rapat dengan beraneka ragam buah dan sayur.
- c. melaksanakan pemeriksaan kesehatan berkala secara berkala setiap 6 ( enam ) bulan sekali terutama bagi Aparatur Sipil Negara ( ASN ).

## **BAB VI PERAN BPJS KESEHATAN**

### **Pasal 19**

Kantor Badan Penyelenggara Jaminan Sosial Kesehatan untuk meningkatkan pelayanan promotif dan preventif untuk peserta program Jaminan Kesehatan Nasional termasuk upaya pencegahan sekunder dan deteksi dini penyakit.

## **BAB VII PERAN DUNIA USAHA**

### **Pasal 20**

Pelaksanaan GERMAS Kota Padang Panjang pada Dunia Usaha dilakukan oleh Pimpinan Dunia Usaha dengan meningkatkan pelayanan promotif dan preventif untuk hidup sehat termasuk upaya pencegahan sekunder dan deteksi dini penyakit pada lingkungan kerja dunia usaha yang dipimpinnya.

## **BAB VIII PERAN AKADEMISI**

### **Pasal 21**

Pelaksanaan GERMAS Kota Padang Panjang pada Akademisi dilakukan oleh Pimpinan Perguruan Tinggi dengan meningkatkan pemahaman kepada pendidik dan peserta didik untuk berperilaku hidup sehat sebagai berikut :

- a. mewujudkan Perguruan Tinggi sebagai Kawasan Tanpa Rokok; dan

- b. meningkatkan kegiatan bakti sosial mahasiswa kepada masyarakat dalam bentuk motivasi hidup bersih dan sehat.

**BAB IX**  
**PERAN LEMBAGA SWADAYA MASYARAKAT /**  
**ORGANISASI MASSA**

**Pasal 22**

Pelaksanaan GERMAS Kota Padang Panjang pada Lembaga Swadaya Masyarakat / Organisasi Massa dilakukan melalui kampanye gerakan masyarakat hidup sehat dengan :

- a. berperan aktif mengajak masyarakat untuk berolahraga dan mengkonsumsi sayur dan buah;
- b. mendorong masyarakat untuk aktif memeriksa kesehatan secara rutin ke fasilitas kesehatan; dan
- c. mendorong masyarakat untuk membentuk lingkungan bebas asap rokok; membina dan melatih masyarakat untuk memilah sampah rumah tangga menjadi sampah produktif.

Dalam pelaksanaan GERMAS Kota Padang Panjang, seluruh komponen masyarakat agar turut melaksanakan koordinasi antar komponen masyarakat guna mendukung pencapaian tujuan GERMAS melalui kegiatan monitoring dan evaluasi secara rutin.

**BAB X**  
**PESAN SEHAT KOTA PADANG PANJANG**

**Pasal 23**

- (1) Pesan sehat dalam rangka mensukseskan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat di Kota Padang Panjang dijabarkan melalui rencana aksi masyarakat dan seluruh perangkat daerah yang ada ( Kampanye GERMAS ) di lingkungan Pemerintah Kota Padang Panjang.
- (2) Pesan Sehat Kota Padang Panjang mengambil julukan Kota Padang Panjang sebagai Kota SERAMBI MEKKAH.
- (3) Jabaran Pesan Sehat SERAMBI MEKKAH Pemerintah Kota Padang Panjang yaitu :

S : SAJIKAN MENU SEIMBANG UNTUK KEBUTUHAN GIZI KELUARGA

E : ENYAHKAN ASAP ROKOK

R : RAJIN MAKAN BUAH DAN SAYUR

A : AKTIVITAS FISIK MINIMAL 30 MENIT SETIAP HARI

M : MILIKI JAMINAN KESEHATAN

B : BERSALIN DI FASILITAS KESEHATAN

I : IMUNISASI DASAR LENGKAP UNTUK BAYI

M : MENIMBANG BALITA SETIAP BULAN

E : ERATKAN HUBUNGAN IBU DAN ANAK MELALUI  
PEMBERIAN ASI EKSLUSIF

K : KELOLA STRESS

K : KONTROL / CEK KESEHATAN SECARA TERATUR

A : AYO CUCI TANGAN DENGAN AIR BERSIH DAN  
PAKAI SABUN

H : HINDARI MINUMAN BERALKOHOL

**BAB XI**  
**KETENTUAN PENUTUP**

**Pasal 24**

Peraturan Walikota ini berlaku pada tanggal diundangkan.

Agar setiap orang mengetahuinya, memerintahkan pengundangan Peraturan Walikota ini dengan penempatannya dalam Berita Daerah Kota Padang Panjang.

Ditetapkan di Padang Panjang  
pada tanggal 13 Maret 2018

**Pjs. WALIKOTA PADANG PANJANG,**

**dto**

**IRWAN**

Diundangkan di Padang Panjang  
pada tanggal 13 Maret 2018

**Plt. SEKRETARIS DAERAH KOTA PADANG PANJANG,**

**dto**

**INDRA GUSNADY**

**BERITA DAERAH KOTA PADANG PANJANG TAHUN 2018 NOMOR 11**

Salinan sesuai dengan aslinya  
**Kepala Bagian Hukum dan HAM**



**SYAHRIL, SH, MH**  
Pembina TK I, NIP. 19700504 199703 1 004

