



KEMENTERIAN PERHUBUNGAN SEKRETARIAT JENDERAL

JL. MEDAN MERDEKA BARAT NO. 8
JAKARTA 10110

TELP. : (021) 3811308,3505006
FAX. : (021) 3522338
SMS center : +62.813-11111-05

TLX : 46116 Menhub IA
email : pusdatin@dephub.go.id
home page : www.dephub.go.id

- Yth. 1. Para Pimpinan Unit Organisasi Eselon I;
2. Para Pejabat Eselon II;
3. Pegawai di lingkungan Kantor Pusat
Kementerian Perhubungan.

SURAT EDARAN NOMOR : SE 24 TAHUN 2023

TENTANG GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT (GERMAS) DI LINGKUNGAN KANTOR PUSAT KEMENTERIAN PERHUBUNGAN

1. Latar Belakang

Di era modern dan paska pandemi COVID-19 melanda Indonesia, setidaknya ada 3 (tiga) masalah kesehatan penting yaitu terkait pemberantasan penyakit infeksi, bertambahnya kasus penyakit tidak menular, dan kemunculan kembali jenis penyakit yang seharusnya telah berhasil diatasi. Penyakit menular seperti diare, tuberkulosa, hingga demam berdarah dahulu menjadi kasus kesehatan yang banyak ditemui, kini telah terjadi perubahan yang ditandai pada banyaknya kasus penyakit tidak menular seperti diabetes, kanker, dan jantung koroner.

Untuk mencapai masyarakat yang sehat diperlukan pendekatan yang menyeluruh termasuk oleh lembaga pemerintahan. Sehubungan dengan Instruksi Presiden Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat dan Surat Edaran Menteri Pendayagunaan Aparatur Negara dan Reformasi Birokrasi Republik Indonesia Nomor 51 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat di Lingkungan Instansi Pemerintah, setiap kementerian diamanatkan untuk menetapkan kebijakan dan mengambil Langkah sesuai tugas, fungsi, dan kewenangan masing-masing untuk mewujudkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat, yang selanjutnya disebut GERMAS. Untuk itu, perlu dilakukan upaya untuk mendorong perilaku hidup sehat di lingkungan Kantor Pusat Kementerian Perhubungan.

2. Maksud dan Tujuan

Maksud Surat Edaran ini adalah sebagai pedoman bagi unit kerja dan pegawai untuk pelaksanaan GERMAS di lingkungan Kementerian Perhubungan. Tujuan Surat Edaran ini adalah mendorong terwujudnya kondisi pegawai yang dengan sadar, mau, dan mampu berperilaku hidup sehat untuk kepentingan peningkatan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya, meningkatkan kualitas hidup yang akan berimplikasi pada peningkatan produktivitas kerja.

"Tingkatkan Keselamatan dan Keamanan Pengguna Jasa Transportasi"

3. Ruang Lingkup

Ruang lingkup Surat Edaran ini berlaku bagi unit organisasi/unit kerja/Pegawai di lingkungan Kantor Pusat Kementerian Perhubungan yang berstatus aktif bekerja.

4. Dasar

- a. Instruksi Presiden Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat;
- b. Surat Edaran Menteri Pendayagunaan Aparatur Negara dan Reformasi Birokrasi Republik Indonesia Nomor 51 tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) di Lingkungan Instansi Pemerintah;
- c. Peraturan Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional/Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Nasional Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2017 tentang Pedoman Umum Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.

5. Isi Edaran

- a. Setiap pimpinan mendukung pelaksanaan enam klaster kegiatan pokok GERMAS yaitu peningkatan aktivitas fisik, peningkatan perilaku hidup sehat, penyediaan pangan sehat dan percepatan perbaikan gizi, peningkatan pencegahan dan deteksi dini penyakit, peningkatan kualitas lingkungan, dan peningkatan edukasi hidup sehat.
- b. Peningkatan aktivitas fisik berupa :
 1. Kegiatan olahraga bersama secara rutin dengan melakukan senam bersama setiap hari Jum at setiap minggunya;
 2. Peregangan selama 5 (lima) menit disela-sela aktivitas bekerja pada pukul 10.00 dan 14.00 waktu setempat, yang ditandai dengan bunyi baik berupa musik, alarm, maupun hal lain yang dikhususkan untuk memberikan instruksi peregangan kesehatan kerja;
 3. Penyediaan sarana aktivitas fisik bagi seluruh pegawai yang ingin berolahraga baik sebelum maupun sesudah jam kerja.
- c. Peningkatan perilaku sehat berupa:
 1. Penyediaan sarana cuci tangan pakai sabun pada air mengalir;
 2. Penyediaan tempat sampah tertutup;
 3. Penyelenggaraan Kegiatan deteksi penggunaan Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya (NAPZA) secara rutin sekurang-kurangnya 1 (satu) kali dalam setahun.
- d. Peningkatan kualitas hidup sehat melalui perbaikan gizi berupa kewajiban menyajikan menu makanan yang sehat seperti sayur mayor lokal, konsumsi camilan/makanan ringan berupa buah-buahan dalam negeri, maupun makanan lokal seperti singkong rebus, pisang rebus, kacang-kacangan pada penyelenggaraan pertemuan/rapat baik di dalam atau luar kantor.

- e. Peningkatan kesadaran terhadap pemeriksaan kesehatan berupa kewajiban memberikan pelayanan dan fasilitas deteksi dini penyakit secara rutin kepada seluruh Aparatur Sipil Negara dengan cara melakukan pemantauan melalui pemeriksaan kesehatan (*Medical Check Up*) secara berkala sekurang-kurangnya 1 (satu) kali dalam 1(satu) tahun.
- f. Peningkatan kualitas lingkungan berupa :
 - 1. Penyediaan sarana dan prasarana ruang laktasi/menyusui di tiap instansi;
 - 2. Penerapan Kawasan Tanpa Rokok (KTR) di seluruh gedung instansi;
 - 3. Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN) secara rutin sekurang-kurangnya 1 (satu) kali dalam 1 (satu) tahun.
- g. Peningkatan edukasi sehat berupa penyediaan media komunikasi informasi kesehatan baik cetak maupun elektronik dan mengadakan program seminar kesehatan kepada pegawai secara berkala sekurang-kurangnya 1 (satu) kali dalam 1 (satu) tahun.

6. Penutup

Surat Edaran ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dan sewaktu-waktu dapat diubah dan dilakukan perbaikan sesuai dengan petunjuk pemberitahuan dari instansi yang berwenang. Dalam pelaksanaan Surat Edaran ini agar meneruskan kepada seluruh jajaran instansi di bawahnya hingga unit organisasi terkecil untuk melaksanakan dan mematuhi ketentuan dalam Surat Edaran ini secara konsisten serta melakukan pemantauan dan evaluasi secara berkala.

Demikian disampaikan, untuk dapat dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Ditetapkan di Jakarta
Pada tanggal 15 Agustus 2023

a.n. Sekretaris Jenderal
KEPADA BIRO UMUM :

