

# LAPORAN PENELITIAN

## **Analisis Situasional Aktivitas Fisik dengan Instrumen Alat Analisis Stituasi (Situational Analysis Tools) untuk Aktivitas Fisik di Indonesia**



**IPB University**  
— Bogor Indonesia —

**Oleh**

**Prof. Dr. Ir. Ikeu Tanziha, MS**

**Prof. Dr. Ir. Ali Khomsan, MS**

**Dr. Ir. Hadi Riyadi**

**Asty Khairi Inayah Syahwani, MM, MSM**

**INSTITUT PERTANIAN BOGOR  
NOVEMBER  
2021**

## DAFTAR ISI

<b>I.</b>	<b>Pendahuluan .....</b>	<b>1</b>
<b>II.</b>	<b>Tujuan dan Manfaat .....</b>	<b>7</b>
<b>III.</b>	<b>Metode Kegiatan .....</b>	<b>8</b>
<b>IV.</b>	<b>Hasil .....</b>	<b>9</b>
<b>V.</b>	<b>Implikasi Kebijakan .....</b>	<b>65</b>
<b>VI.</b>	<b>Kesimpulan .....</b>	<b>67</b>
<b>VII.</b>	<b>Lampiran .....</b>	<b>69</b>

## I. PENDAHULUAN

Aktivitas fisik didefinisikan sebagai setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi (1) dan dapat dilakukan dengan berbagai intensitas dari yang tinggi sampai intensitas terendah atau sering disebut sebagai perilaku sedentary dengan pengeluaran energi yang rendah. Berdasarkan hasil penelitian Ekelund et al (2019) dan Keadle et al (2017) menunjukkan bahwa tingkat perilaku sedentary yang tinggi dikaitkan dengan penyakit kardiovaskular dan diabetes tipe-2 serta mortalitas kardiovaskular, dan kanker. Lebih lanjut WHO (2020) menjelaskan bahwa ketidakaktifan fisik merupakan penyumbang utama kematian global. Diperkirakan antara empat hingga lima juta kematian per tahun dapat dicegah jika populasi global lebih aktif (Strain et al 2020; Lee et al 2012).

Estimasi global tentang ketidakaktifan fisik menunjukkan bahwa pada tahun 2016 terdapat 27,5% orang dewasa (12) dan 81% remaja (13) terkategori aktifitas fisik kurang, dan data tren menunjukkan peningkatan global selama dekade terakhir. Di Indonesia hasil Riskesdas 2013 dan 2018 (Kemenkes 2013 dan 2018) menunjukkan terjadinya peningkatan proporsi penduduk dengan aktifitas kurang yaitu dari 26.10% (2013) menjadi 33.50% (2018). Kejadian ini seiring dengan peningkatan proporsi penduduk dengan status gizi lebih (overweight dan obesitas). Hasil Riskesdas 2013 dan 2018 menunjukkan terjadinya peningkatan proporsi penduduk overweight dari 11.50% (2013) menjadi 13.60% (2018). Demikian juga proporsi penduduk obes meningkat dari 14.80% (2013) menjadi 21.80% (2018). Obesitas saat ini menjadi masalah kesehatan bukan hanya di Indonesia tetapi di seluruh dunia.

Hasil berbagai penelitian menunjukkan bahwa obesitas memiliki hubungan yang bermakna dengan kejadian penyakit tidak menular hipertensi (PTM) seperti hipertensi, diabetes Mellitus dan stroke. Obesitas merupakan faktor risiko terjadinya hipertensi, dislipidemia, dan diabetes mellitus (Aronow et al 2011). Berdasarkan Studi Framingham menyebutkan bahwa kelebihan berat badan (kelebihan berat badan dan obesitas), menyumbang sekitar 26% kasus

hipertensi pada pria dan 28% pada wanita (Schmieder et al 1993). Peningkatan berat badan dikaitkan dengan peningkatan risiko terkena hipertensi. Risiko relatif hipertensi pada wanita yang bertambah 5-10 kg dan mereka yang bertambah lebih dari 25 kg masing-masing adalah 1,7 dan 5,2. Dengan kata lain, wanita dengan berat badan meningkat lebih dari 25 kg tiga kali lebih mungkin mengalami hipertensi dibandingkan wanita yang meningkat berat badannya lebih sedikit (OAC 2021). Obesitas dalam bentuk obesitas sentral dengan lingkar perut > 80 cm, berisiko 3.799 (1.54-9.369) untuk hipertensi dibanding individu dengan lingkar perut ≤ 80 cm (Tanzuha et al 2019).

Obesitas juga berhubungan langsung dengan diabetes mellitus/DM (Saddique et al 2018). Obesitas adalah faktor risiko utama terjadinya DM Tipe 2 dan banyak penelitian epidemiologi menunjukkan peningkatan progresif dalam prevalensi DMT2 berhubungan dengan obesitas (Ma & Chan 2013). Obesitas juga merupakan salah satu factor risiko terjadinya stroke. Banyak penelitian telah menemukan bahwa BMI > 27 kg / m<sup>2</sup> dikaitkan dengan peningkatan risiko stroke dibandingkan dengan subjek dengan berat badan normal, bahkan setelah disesuaikan untuk perancu seperti diabetes tipe 2, hiperkolesterol dan hipertensi [14,15,17,20,21]. Ada hubungan bertingkat antara peningkatan BMI dan risiko stroke; risiko stroke total atau iskemik meningkat secara linier dengan peningkatan BMI atau peningkatan secara bertahap untuk kategori BMI yang lebih tinggi [17,19,21-23]. Faktanya, setiap 1 unit peningkatan BMI menyebabkan peningkatan 5% dalam risiko iskemik atau stroke umum pada wanita (Zhang et al 2009; Strazzullo et al 2010; Kurth et al 2005).

Hasil Riskesdas 2013 dan 2018 menunjukkan bahwa meningkatnya proporsi penduduk obes, diiringi dengan meningkatnya proporsi penduduk penderita penyakit tidak menular. Terjadi peningkatan proporsi penduduk penderita hipertensi, diabetes mellitus dan stroke. Proporsi penduduk hipertensi meningkat dari 25.80% (2013) menjadi 34.10% (2018); proporsi penduduk dengan diabetes mellitus meningkat dari 6.90% (2013) menjadi 8.50% (2018); dan Proporsi penduduk dengan stroke meningkat dari 7.0% (2013) menjadi 10.90% (2018) (Kemenkes 2018). Hasil survei lain (Susenas 2018) yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik memperlihatkan bahwa persentase penduduk Indonesia berusia 5 tahun ke atas yang

berolahraga hanya sebesar 35,70 persen, dengan frekuensi umumnya hanya satu kali seminggu (BPS 2018).

Aktivitas fisik yang teratur merupakan faktor protektif bagi pencegahan dan pengelolaan penyakit tidak menular seperti penyakit kardiovaskular, diabetes tipe-2, kanker payudara dan usus besar (McTiernan et al 2019; WHO 2010). Aktivitas fisik juga memiliki manfaat untuk kesehatan mental (Schuch et al 2016), menunda timbulnya demensia (Livingston 2017), dan dapat berkontribusi pada pemeliharaan berat badan yang sehat (WHO 2010) atau menurunkan kegemukan/obesitas, serta meningkatkan kesejahteraan.

WHO (2018) menetapkan rencana aksi global tentang aktivitas fisik 2018-2030, dengan menargetkan Penurunan relatif 15% dalam prevalensi global ketidakaktifan fisik pada orang dewasa dan remaja pada tahun 2030, melalui empat tujuan strategis dan 20 tindakan kebijakan. Berinvestasi dalam kebijakan mempromosikan aktivitas fisik dapat berkontribusi langsung untuk mencapai banyak Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) 2030. Tindakan kebijakan pada aktivitas fisik memiliki manfaat kesehatan multiplikatif, sosial dan ekonomi, dan akan berkontribusi langsung dalam pencapaian SDG.

Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan melakukan upaya pembudayaan aktifitas fisik, untuk menurunkan proporsi remaja dan dewasa dengan aktifitas fisik kurang sebesar 10% sampai dengan tahun 2025 dan 15 % sampai dengan tahun 2030. Harapannya adalah terwujudnya masyarakat yang sehat, bugar dan produktif. Namun demikian, pembudayaan aktivitas fisik membutuhkan suatu pendekatan berbasis sistem - tidak bisa hanya kebijakan tunggal. Oleh karenanya pembudayaan aktifitas fisik harus merupakan aksi nasional yang didukung oleh berbagai kelembagaan terkait seperti kelembagaan Pemerintah (Tenaga Kerja, Pendidikan, Pekerjaan Umum, Tata kota dan LH, Pemuda dan OR, serta Kesehatan), Kelembagaan Masyarakat, dunia usaha dan media.

Kebijakan yang ditetapkan harus mengacu pada hasil analisis situasi terhadap kebijakan atau program yang sudah ada di kementerian/Lembaga/pemerintah daerah. Analisis didasarkan pada Alat Analisis Situasi yang dikembangkan oleh WHO. Alat Analisis Situasional (SAT) merupakan alat praktis dengan proses semi-terstruktur untuk mendukung suatu negara

melakukan penilaian cepat terhadap konteks nasional mereka saat ini dan kemajuan dalam mempromosikan aktivitas fisik. Keluaran dari proses ini adalah laporan SAT yang dapat menginformasikan dan mendukung pengembangan, dan bila perlu, pembaruan kerangka kebijakan nasional dan bidang tindakan prioritas. Ini juga merupakan proses yang dapat mendukung penguatan keterlibatan pemangku kepentingan dalam implementasi kebijakan untuk mempromosikan, mendukung, dan memastikan berbagai peluang aktivitas fisik yang sesuai tersedia bagi orang-orang dari segala usia dan kemampuan.

## **II. TUJUAN DAN MANFAAT KEGIATAN ANALISIS**

### **2.1 Tujuan**

1. Menganalisis kelayakan alat analisis situasi aktivitas fisik WHO untuk digunakan di Indonesia.
2. Terlaksananya kegiatan analisis situasi aktivitas fisik di tingkat nasional dan tujuh provinsi di Indonesia.

### **2.2 Manfaat**

Hasil analisis situasi dijadikan landasan dalam Menyusun Rencana Aksi Nasional Pembudayaan Aktivitas Fisik di Indonesia.

### III METODE KEGIATAN

Kegiatan analisis situasi aktivitas fisik dilakukan dengan melakukan assesmen /penilaian cepat terhadap kondisi aktivitas fisik saat ini di tiga provinsi. Assesmen dilakukan dengan menggunakan *Situational Assessment Tool (SAT) for Scaling National Action on Physical Activity*, melalui:

- a. Identifikasi dan interpretasi indikator dari 4 Pilar Aktivitas Fisik yaitu: 1) Membangun masyarakat aktif; 2) Membangun Lingkungan aktif; 3) Membangun individu-individu aktif; dan 4) Membangun system aktif.
- b. Analisa situasi di target lokasi yang menggambarkan area perkotaan dan pedesaan

Kegiatan ini dilaksanakan di 3 Provinsi, yaitu provinsi prioritas yang menggambarkan situasi nasional (Barat, Tengah dan Timur), dengan dua kabupaten di masing-masing provinsi. Adapun provinsi yang dipilih adalah:

1. Mewakili Bagian Barat: Provinsi Jawa Barat dengan Kota Depok dan Kabupaten Bogor.
2. Mewakili Bagian Tengah: Provinsi Bali (Denpasar) dengan Kota Denpasar dan Kabupaten Gianyar.
3. Mewakili Bagian Timur: Provinsi Sulawesi Selatan (Makasar) dengan Kota Makassar dan Kabupaten Maros.

Analisis situasi dilakukan dengan berbagai cara, yaitu

1. Mengirimkan kuesioner Alat Analisis Situasi ke setiap lokasi agar dapat diisi oleh OPD terpilih.
2. Melaksanakan FGD tentang analisis situasi dan hasil pengisian kuesioner.
3. Melaksanakan verifikasi, baik terhadap hasil isian kuesioner maupun rancangan matrik kegiatan di lokasi yang menjadi sampel melalui wawancara dan FGD terbatas.



## IV. HASIL

### 4.1 NASIONAL

#### PILAR I: MASYARAKAT AKTIF

Pada lingkup kementerian terdapat beberapa instansi yang ikut aktif melakukan kampanye kegiatan demi terwujudnya masyarakat aktif diantaranya Kemenkes, Kemendikbudristek, Bappenas, Kemenaker, Kemenhub, dan KLHK. Empat Direktorat Kemenkes mulai dari Kesjaor, Gizi, P2PTM, dan Ditkesga ikut serta mempromosikan kegiatannya untuk meningkatkan aktivitas fisik masyarakat. Direktorat Kesjaor melakukan kampanye kegiatan diantaranya Virtual Run dan Hari Kesehatan Nasional Virtual. Beberapa kegiatan Kemenkes bagian gizi yaitu mengadakan kegiatan konseling gizi, pemeriksaan kesehatan, senam bersama, dan jalan sehat dalam rangka Hari Gizi Nasional. Sementara itu, sebagai upaya pencegahan PTM, Direktorat P2PTM mengadakan kampanye kegiatan seperti webinar dengan berbagai tema, jalan sehat, senam bersama, serta seminar kesehatan. Ditkesga juga melakukan kampanye terkait kegiatan yang menjadi tanggungjawabnya yaitu edukasi untuk kesehatan ibu hamil, ibu dan balita, serta lansia. Bappenas juga ikut serta dalam mewujudkan masyarakat aktif yaitu berperan dalam melakukan monitoring dan evaluasi program kegiatan mulai tahun 2017 hingga sekarang. Kemendikbudristek memiliki tanggung jawab untuk pada lingkup sekolah dan pendidikan tinggi. Salah satu upaya meningkatkan aktivitas fisik pada PAUD diadakannya kegiatan Sepeda Gembira untuk setiap PAUD di bawah Kemendikbudristek, sementara itu pada tingkat SD dilakukan olimpiade olahraga sekolah dasar. Kemnaker memiliki kegiatan yang dapat mendukung program masyarakat aktif yaitu Gowes, Senam bersama Menaker, Senam pekerja sehat, serta Lomba pekerja sehat. Beberapa kegiatan tersebut dilakukan dengan tujuan dapat meningkatkan aktifitas fisik pegawai Kemnaker dan masyarakat yang ikut serta. Tidak kalah dengan Kemnaker, Kememhub juga mengadakan *Bike to Work* dalam rangka mmeringati Hari Sepede Dunia serta *Kick Off* Pekan Nasional Keselamatan Jalan sebagai upaya meningkatkan terwujudnya masyarakat aktif, sementara itu Kementrian Lingkungan Hidup dan Kehutanan (KLHK) aktif melakukan olahraga bersama untuk meningkatkan aktivitas fisik pegawainya.

Kegiatan massal telah dilakukan oleh beberapa instansi tingkat Kementerian untuk terciptanya masyarakat Aktif. Beberapa Kementerian yang aktif dalam kegiatan massal yaitu Kemenkes, Kemendikbudristek, Kemenhub, KemenPANRB, Kemenpora, dan KLHK. Beberapa kegiatan massal yang dilakukan yaitu *car free day*, haripekan bersepeda ke tempat kerja/ sekolah, hari olahraga nasional, kegiatan dalam memperingati hari olahraga, hari aktivitas fisik, dan hari yoga internasional, promosi pemanfaatan ruang terbuka, serta promosi aktivitas fisik. *Car free day* atau hari bebas kendaraan bermotor dipelopori oleh Kemenkes, Bappenas, Kemenpora, KemenPANRB, dan KLHK. Kemenpora khususnya dalam meramaikan kegiatan *car free day* mengajak komunitas olahraga dan rekreasi untuk aktif dalam kegiatan *car free day* di Kota masing-masing. Kegiatan hari/pekan bersepeda ke tempat kerja atau sekolah dilakukan oleh Kemendikbudristek dan Kemenhub. Kemendikbudristek diwakili oleh Sekolah Dasar dengan mengadakan Sepeda Gembira dalam rangka Hardiknas, sementara Kemenhub melakukan sosialisasi keselamatan bersepeda setiap hari Jumat. Dalam rangka memperingati Hari Olahraga Nasional tanggal 9 November Kemenkes, Kemenpora dan KHK melakukan kegiatan massal yang mendukung aktivitas fisik, khususnya Kemenpora kegiatan dipusatkan di Museum Olahraga TMII Jakarta.

Hari aktivitas fisik global jatuh setiap tanggal 6 April. Dalam rangka memperingati Hari Aktivitas Fisik, Kemenkes melalui Kesjaor dan P2PTM melakukan kegiatan massal untuk mewujudkan masyarakat aktif. Promosi aktivitas fisik dipelopori Kemenkes dari keempat Direktorat yaitu Kesjaor, Gizi, P2PTM, dan Ditkesga. Setiap peringatan Hari Gizi Nasional (HGN) Kemenkes mengadakan kegiatan Webinar dengan tema menarik juga sebagai media promosi aktivitas fisik. Seperti pada webinar HGN tahun 2020 Kemenkes mengangkat tema webinar yaitu Gizi Optimal Remaja Milenial. Materi yang disampaikan terkait aktivitas fisik, tantangan pola aktivitas remaja, strategi meningkatkan kebugaran remaja, jenis latihan kebugaran yang sesuai untuk remaja, dan kebutuhan zat gizi makro dan mikro untuk remaja. Selanjutnya pada tahun 2021 selain mengadakan webinar, Kemenkes juga mengadakan lomba dance jingle gizi seimbang untuk anak sekolah. Dana yang dikeluarkan untuk kegiatan tersebut berasal dari DIPA Direktorat Gizi dan Masyarakat. Dalam upaya pencegahan Penyakit Tidak Menular, Direktorat P2PTM Kemenkes melakukan promosi aktivitas fisik dalam memperingati Hari Hipertensi dan Hari Obesitas sedunia.

Sementara itu, KLKH juga ikut serta melakukan promosi aktivitas fisik melalui pembangunan Eduwisata Ecoriparian dan kegiatan penanaman pohon.

Kegiatan mempromosikan pemanfaatan taman atau ruang-ruang terbuka publik untuk aktivitas fisik telah dilakukan oleh beberapa instansi kementerian mulai dari Kemendikbudristek, Bappenas, Kemnaker, Kemenhub, Kemenpora, dan KLHK. Kemendikbudristek menyediakan fasilitas olahraga untuk sekolah dasar seperti lapangan tenis, badminton, serta tempat Gym, yang bisa dimanfaatkan untuk seluruh warga sekolah, namun tidak ada jadwal khusus bagi karyawan. Bappenas dalam upaya meningkatkan aktivitas fisik melakukan sosialisasi dan kampanye terkait Germas kepada pemerintah daerah dengan frekuensi minimal 2 kali setahun. Sementara itu Kemenhub dan Kemnaker melakukan kegiatan senam bersama setiap Jumat pagi di halaman kantor. Kemenpora melakukan upaya dengan mendorong terbentuknya ruang-ruang terbuka hijau dengan bantuan alat olahraga *outdoor* ke daerah dan lembaga sekolah. Selain itu upaya mempromosikan aktivitas fisik dalam kegiatan-kegiatan lokal terkait olahraga juga dilakukan beberapa kementerian untuk mewujudkan masyarakat aktif. Kemendikbudristek melalui PAUD melakukan kegiatan sepeda gembira untuk memperingati Hardiknas dengan dukungan dana dari Setjen Kemendikbudristek. Selain Kemendikbudristek promosi aktivitas fisik dalam kegiatan-kegiatan lokal juga dilakukan oleh Kemenkes, Bappenas, Kemnaker, Kemenhub, Kemenpora, dan KLHK. Selain kegiatan-kegiatan yang disebutkan diatas masih ada kegiatan Germas lainnya untuk mendukung terwujudnya masyarakat aktif yang dilakukan oleh Kemenkes dan Badan Pusat Statistik (BPS).

Pengembangan dan pelatihan tenaga kerja telah dilakukan sebagai upaya promosi aktivitas fisik di berbagai profesi seperti tenaga kesehatan, tenaga pendidik, perencana dan pembuat kebijakan transportasi, perencana kota dan pembuat kebijakan perencanaan kota, pelatih olahraga dan kebugaran, serta petugas kesehatan dan keselamatan kerja. Pelatihan dan pengembangan pada tenaga kesehatan dilakukan oleh Kemenkes dan Kemnaker. Kemenkes dipelopori oleh Direktorat P2PTM dan Ditkesga. Direktorat P2PTM melakukan pelatihan Posbindu terkait PTM, perubahan gaya hidup, promosi dan peningkatan aktifitas fisik. Sementara itu Direktorat Ditkesga melakukan edukasi tentang kesehatan ibu hamil dan senam ibu hamil. Selain Kemenkes, Kemnaker ikut serta melakukan program pelatihan dan pengembangan untuk dokter dan perawat sesuai dengan

Standar Kompetensi Kerja Nasional Indonesia. Pelatihan dan pengembangan tenaga pendidik dilakukan oleh Kemendikbudristek salah satunya melalui kegiatan gerak dan lagu bagi tenaga pendidik PAUD. Sementara itu belum ditemukan pengembangan dan pelatihan pada perencana kota dan pembuat kebijakan perencanaan kota.

Pengembangan dan pelatihan juga dilakukan pada pelatih olahraga dan kebugaran oleh Kemenpora yang dipelopori oleh Deputi Bidang Peningkatan Prestasi, Asdep Organisasi dan Tenaga Keolahragaan. Kemenkes bagian Direktorat P2PTM melakukan pelatihan kepada petugas kesehatan dan keselamatan kerja melalui kerjasama multisektor baik dengan Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM), akademisi, dan institusi pendidikan. Kemenkes memilih kerjasama dengan institusi pendidikan dikarenakan melalui pendidikan proyek agen perubahan atau role mode perubahan gaya hidup bisa dilakukan.

## **PILAR 2: LINGKUNGAN AKTIF**

Lingkungan aktif adalah lingkungan yang menyediakan berbagai fasilitas yang dapat dimanfaatkan masyarakat untuk beraktivitas fisik demi terwujudnya masyarakat aktif. Demi terwujudnya lingkungan aktif diperlukan kebijakan-kebijakan yang mendukung seperti Undang-undang, standar, dan pedoman desain terkait (1) transportasi tidak bermotor, infrastruktur keselamatan jalan, (2) rencana tata ruang, penggunaan lahan dan perencanaan kota, (3) rencana tata ruang, penggunaan lahan dan perencanaan kota, (4) di sekolah dan pendidikan, dan (5) di tempat kerja.

Kebijakan mengenai Undang-undang, standar, dan pedoman desain terkait transportasi tidak bermotor, infrastruktur keselamatan jalan dipelopori oleh Kemenhub. Kebijakan tersebut terdiri dari mempromosikan jalan kaki, bersepeda, penyediaan infrastruktur untuk berjalan kaki dan bersepeda, meningkatkan akses angkutan umum, meningkatkan angkutan tidak bermotor, keselamatan jalan, penilaian keselamatan jalan, batas kecepatan kendaraan, mengemudi sambil mabuk, penggunaan ponsel saat mengemudi, serta kebijakan untuk mengurangi dampak kendaraan bermotor di daerah perkotaan. Pada tingkat kementerian belum ditemukan kebijakan terkait mempromosikan jalan kaki dan bersepeda, namun Menhub selalu mendorong/ menggiatkan/ mengkampanyekan kepada para pejabat maupun masyarakat untuk bersepeda.

Terkait kebijakan diserahkan ke pemerintah daerah masing-masing, sejauh ini sudah banyak Pemda yang sudah membangun jalur sepeda sebagai contoh provinsi DKI Jakarta sedangkan keselamatan di jalan diatur oleh Kemenhub dalam PM 59 Tahun 2020 .

Kebijakan terkait meningkatkan akses angkutan umum telah dikeluarkan oleh Kemenhub diantaranya (1) Peraturan Direktur Jenderal Perhubungan Darat Nomor SK.2412/AJ.206/DRJD/2008 tentang Pedoman Teknis Pemberian Subsidi Angkutan Penumpang Umum di Jalan, (2) Keputusan Direktur Jenderal Perhubungan Darat Nomor KP.478/PIR.301/DRJD/2020 tentang Penetapan Jaringan Trayek Angkutan Jalan Pada Kawasan Strategis Pariwisata Nasional tahun 2020 (3) Peraturan Menteri Perhubungan Nomor 9 Tahun 2020 tentang Pemberian Subsidi Angkutan Penumpang Umum Perkotaan, (4) Peraturan Menteri 15 tahun 2019 tentang Penyelenggaraan Angkutan Orang dengan Kendaraan Bermotor Umum dalam Trayek. Kebijakan ini diwujudkan dalam bentuk beberapa kegiatan yaitu (1) Pelayanan angkutan pepadu moda/antarmoda pada Kawasan Strategis Nasional (KSN) dan kawasan wisata nasional lainnya, bandar udara, pelabuhan, dan stasiun kereta api, (2) Dukungan event kegiatan nasional bidang angkutan jalan, (3) Subsidi angkutan perintis, (4) Layanan angkutan umum massal perkotaan (Prioritas Nasional) dimana Kegiatan-kegiatan tersebut tertuang dalam RPJMN 2020-2024.

Kemenhub beberapa upaya terkait meningkatkan angkutan tidak bermotor melalui BPTJ yang gencar melakukan kampanye Gerakan Jalan Hijau yang merupakan upaya mengubah pola transportasi masyarakat dari naik kendaraan pribadi beralih menggunakan angkutan umum massal dan pemanfaatan berjalan kaki serta bersepeda/ *Non-Motorized Transportation* (NMT) dalam mendukung terwujudnya kesehatan personal dan kesehatan masyarakat. NMT dapat dilakukan untuk transportasi dengan jarak yang masih terjangkau dengan jalan kaki atau bersepeda serta transportasi *first mile* dan *last mile* dalam proses menggunakan angkutan umum massal. Kegiatan-kegiatan tersebut berdasarkan Peraturan Menteri Perhubungan Nomor 41 Tahun 2020 tentang Pengendalian Transportasi dalam Rangka Pencegahan Penyebaran Corona Virus Disease 2019 serta Surat Edaran Menteri Perhubungan No. 11 /2020 tentang Pedoman dan Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Transportasi Darat pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru untuk Mencegah Penyebaran COVID-1. Selain itu, Promosi dan Kampanye penggunaan sepeda sebagai

alat transportasi sehari-hari terus digencarkan oleh Menhub. Pada acara PNKJ, Kemenhub memberikan pengadaan fasilitas parkir sepeda di Kementerian/ Lembaga. Selain itu, Menteri Perhubungan juga mengirimkan surat kepada Pemerintah Daerah untuk menyediakan fasilitas bagi para pengguna sepeda, dan juga kepada Menteri Pendidikan dan Menteri Agama untuk memberikan instruksi kepada pelajar sekolah dan pesantren untuk menggunakan sepeda.

Kebijakan terkait keselamatan jalan telah dikeluarkan oleh Kemenhub melalui Rencana Umum Nasional Keselamatan (RUNK) LLAJ 2011-2035. RUNK mencakup 5 Pilar diantaranya manajemen keselamatan LLAJ, jalan yang berkeselamatan, kendaraan yang berkeselamatan, perilaku pengguna jalan yang berkeselamatan, dan perawatan paska Laka bersama sama dengan koordinator tiap pilarnya diantaranya Bappenas, Kementerian PUPR, Kementerian Perhubungan, Kepolisian RI dan Kementerian Kesehatan. Penilaian keselamatan jalan telah dilakukan oleh Kemenhub melalui pilar 1 pada RUNK LLAJ Manajemen Keselamatan Jalan untuk menilai keselamatan angkutan umum maupun angkutan barang. Dimana yang dinilai terkait dengan sarana dan laik fungsi jalan bekerjasama dengan PUPR untuk membuat kriteria-kriteria baik itu dari rambu, marka, dan fasilitas-fasilitas yang terkait dengan keselamatannya, sehingga penilaian baik dari segi sarana dan prasarannya sudah ada. Target dari Pilar 1 Manajemen Keselamatan Jalan adalah untuk mendorong terciptanya kemitraan multi-sektoral untuk mengembangkan dan menetapkan strategi keselamatan jalan nasional, rencana dan target yang didukung oleh pengumpulan data dan bukti penelitian untuk menilai desain penanggulangan dan memantau implementasi dan efektifitas. Selain itu didalam RUNK juga terdapat target penurunan jumlah fataliti dalam 5 tahun kedepan.

Peraturan tentang batas kecepatan kendaraan telah dikeluarkan oleh Kemenhub melalui Peraturan Menteri 111 Tahun 2015 tentang Tata Cara Penetapan Batas Kecepatan. Selain itu, sesuai dengan anjuran PBB melalui WHO *Road Safety Guidance* bahwa pada tahun 2021 dalam kampanye dan promosi yang disampaikan mengacu pada anjuran #Love30 atau pembatasan kecepatan 30 km/jam bagi kendaraan bermotor. Pembatasan kecepatan ini bertujuan untuk melindungi para pengguna jalan rentan yakni pesepeda dan pejalan kaki. Peraturan terkait mengemudi sambil mabuk, penggunaan narkoba, dan menggunakan ponsel tertuang dalam Undang-Undang No. 22 Tahun 2009 tentang Lalu Lintas dan Angkutan Jalan Pasal 106.

Upaya Kemenhub dalam mengurangi dampak kendaraan bermotor di perkotaan yaitu dengan mengeluarkan beberapa kebijakan, namun penerapannya tergantung dari kebutuhan dari masing-masing daerah. Sebagai contoh kebijakan di Jabodetabek dan Semarang. Kebijakan di Jakarta yaitu dengan penerapan kendaraan plat nomor ganjil dan genap. Secara Nasional untuk penerapan di Kota-Kota, Kemenhub sudah mengembangkan *Intelligent Transportation System* (ITS). *Intelligent Transport System* atau sistem transportasi cerdas adalah integrasi antar sistem informasi dan teknologi komunikasi dengan infrastruktur transportasi, kendaraan, dan pengguna jalan. Melalui sistem ini, pemerintah memberikan solusi dengan mengintegrasikan pengguna jalan, sistem transportasi, dan kendaraan melalui sistem informasi dan teknologi komunikasi. Sistem kerja ITS adalah pembatasan kendaraan berdasarkan kemacetan, apabila terjadi kemacetan di suatu wilayah maka lampu merahnya bisa kita atur cepat/lambat. Terkait dengan Emisi kebijakan nasional, Kemenhub telah menerapkan pembatasan usia Angkutan umum/ Angkutan Orang seperti AKAP & AKDP 25 Tahun, Pariwisata 10 Tahun, tetapi untuk penetapan usia kendaraan angkutan pribadi belum diatur/belum ada dalam UU NO.22 Tahun 2009.

Kebijakan mengenai Undang-undang, standar, dan pedoman desain terkait rencana tata ruang, penggunaan lahan dan perencanaan kota dipelopori oleh Kemenpora. Kebijakan tersebut mengatur tentang tata ruang penggunaan lahan multifungsi yang memungkinkan lebih banyak orang untuk berjalan kaki atau menggunakan sepeda serta persetujuan pembangunan tata ruang dengan mensyaratkan adanya akses terhadap pejalan kaki atau pesepeda. Sementara itu pada tingkat Kementerian belum ditemukan kebijakan tentang (1) mempunyai taman atau fasilitas olahraga dan rekreasi yang dapat diakses oleh publik, (2) taman atau fasilitas olahraga atau rekreasi yang dapat diakses oleh penyandang disabilitas, (3) alokasi lahan yang dapat dimanfaatkan untuk ruang terbuka publik.

Kebijakan terkait tata ruang penggunaan lahan multifungsi yang memungkinkan lebih banyak orang untuk berjalan kaki atau menggunakan sepeda tertuang dalam UU No. 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal Olahraga, pendidikan, Prestasi dan Rekreasi. Selain itu juga tertuang dalam PP No. 16, 17, dan 18 tahun serta dalam Permenpora No. 18 Tahun 2017 tentang Gerakan ayo Olahraga. Sementara itu kebijakan terkait persetujuan pembangunan tata ruang dengan mensyaratkan adanya akses terhadap pejalan kaki atau pesepeda juga diatur

dalam UU No. 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal OR Pendidikan, Prestasi dan Rekreasi. Selain itu juga tertuang dalam UU no. 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas, UU No. 5 tahun 2017 tentang Kemajuan Kebudayaan, Perpres No. 44 tahun 2014 tentang Pemberian Penghargaan OR, Inpres No. 1 tahun 2017 tentang Germas, Inpres No. 3 tahun 2019 tentang Percepatan Pembangunan Persepakbolaan Nasional, dan dalam Permenpora No.0333 2009 tentang Standar Kompetensi Keolahragaan

Kebijakan mengenai Undang-undang, standar dan pedoman desain di sekolah dan Pendidikan dipelopori oleh Kemendikbudristek terdiri dari (1) Peraturan atau standar desain untuk pembangunan gedung dan fasilitas sekolah yang memungkinkan untuk melakukan aktivitas fisik (olahraga), (2) Undang-undang atau kebijakan yang memungkinkan masyarakat untuk mengakses dan menggunakan fasilitas olahraga dan rekreasi yang ada di sekolah/ universitas, (3) Standar atau pedoman tentang peralatan bermain di tempat penitipan anak (pemerintah-swasta) yang dapat berdampak pada peningkatan aktivitas fisik anak, (4) Standar, undang-undang atau pedoman tentang desain tempat dan fasilitas tempat penitipan anak (pemerintah-swasta).

Peraturan atau standar desain untuk pembangunan gedung dan fasilitas dikeluarkan oleh Kemendikbudristek mulai dari PAUD hingga SMA dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 24 Tahun 2007 tentang Standar Sarana Prasarana. Pedoman ini membahas tentang kriteria prasarana. Setiap unit sekolah baru yang dibangun, selain ruang kelas juga memperhatikan ketersediaan lapangan yang dapat diperuntukan dalam menunjang aktivitas fisik. Sementara itu kebijakan yang memungkinkan masyarakat untuk mengakses dan menggunakan fasilitas olahraga dan rekreasi yang ada di sekolah/ universitas tidak ditemukan pada tingkat kementerian, namun tergantung sekolah atau universitas masing-masing. Pada Sekolah Dasar terdapat sebagian fasilitas yang boleh digunakan masyarakat. Setiap sekolah mempunyai kebijakan masing-masing tetapi tidak diatur langsung oleh Kemendikbud. Kebijakan tentang standar atau pedoman tentang peralatan bermain di tempat penitipan anak (pemerintah-swasta) yang dapat berdampak pada peningkatan aktivitas fisik anak tidak ditemukan pada tingkat Kementerian. Namun pada setiap TPA memiliki pedoman yang berisi tentang petunjuk teknis dalam penyelenggaraan Taman Penitipan Anak (TPA) yang mencakup 8 standar PAUD. Terkait



pedoman tentang desain tempat dan fasilitas TPA juga diatur dalam Pedoman Sarana PAUD, selain itu Kemenkes melalui Direktorat Kesehatan Keluarga meresmikan TPA Serama Kemenkes RI.

Undang-undang, standar, dan pedoman desain di tempat kerja secara umum dipelopori oleh Kemnaker diantaranya yaitu (1) undang-undang yang mengizinkan pegawai pemerintah menggunakan fasilitas yang ada atau di sela-sela waktu kerja untuk melakukan aktivitas fisik (olahraga), (2) undang-undang atau kebijakan yang mengharuskan perusahaan swasta memberikan fasilitas dan penggunaan jam kerja untuk mendukung karyawannya melakukan aktifitas fisik (olahraga), (3) Undang-undang atau kebijakan yang mendukung pembiasaan berjalan kaki dan bersepeda di tempat kerja. Namun belum ditemukan Undang-undang atau kebijakan lain yang kurang sejalan dengan pembiasaan berjalan kaki dan atau bersepeda di tempat kerja.

Kemenkes, Kemenaker dan Kemendagri mengizinkan pegawai pemerintah menggunakan fasilitas yang ada atau di sela-sela waktu kerja untuk melakukan aktivitas fisik (olahraga). Direktorat Ditkesga Kemenkes memberikan fasilitas untuk pegawai menggunakan ruang Fitnes Kemenkes. Sementara itu pegawai Kemenaker sudah menjalankan Gemas bidang Ketenagakerjaan, serta terdapat himbauan pimpinan Kemenaker untuk melaksanakan Senam Kesehatan Jasmani bagi Pegawai Kementerian dan UPTP. Kemenaker berperan dalam terciptanya undang-undang atau kebijakan yang mengharuskan perusahaan swasta memberikan fasilitas dan penggunaan jam kerja untuk mendukung karyawannya melakukan aktifitas fisik (olahraga). Seperti Peraturan Menteri Ketenagakerjaan No. 3 Tahun 1982 tentang Pelayanan Kesehatan Kerja tepatnya pasal 2 dan Kepmenaker 317 Tahun 2020 tentang Senam Pekerja Sehat. Selain itu dalam UU No. 7 Tahun 1981 memuat tentang Wajib Laport Ketenagakerjaan Perusahaan untuk melihat data perusahaan tentang fasilitas olahraga yang dimiliki perusahaan. Pada tingkat Kementerian belum ada undang-undang atau kebijakan yang mendukung pembiasaan berjalan kaki dan bersepeda di tempat kerja, namun di kantor Kemenaker tersedia fasilitas tangga, parker sepeda, dan *lift*. Sampai sekarang belum ditemukan undang-undang atau kebijakan lain yang kurang sejalan dengan pembiasaan berjalan kaki dan atau bersepeda di tempat kerja

### **PILAR 3: INDIVIDU AKTIF**

Individu aktif merupakan satu dari empat strategi berdasarkan *Global Action Plan of Physical Activity* (GAPPA) untuk mengidentifikasi dan menilai program dan layanan yang mendukung partisipasi individu dalam aktivitas fisik meliputi lingkungan pelayanan kesehatan, untuk lansia, untuk populasi tidak aktif, tempat kerja, dan seluruh sektor pendidikan dan olahraga, tingkat Kota/Kabupaten, lingkungan pengasuh anak, program lainnya. Program lingkungan pelayanan kesehatan dipelopori oleh Kemenkes dari berbagai Direktorat yaitu Kesjaor, P2PTM, dan Kesga. Beberapa indikator program lingkungan pelayanan kesehatan antara lain (1) Protokol (tata laksana) nasional untuk penilaian dan konseling aktivitas fisik untuk semua pasien di pelayanan kesehatan primer (rekomendasi GAPPA 3.2), (2) Protokol (tata laksana) nasional untuk penilaian dan konseling aktivitas fisik pada pasien klinis yang hidup dengan diabetes, hipertensi, penyakit jantung koroner, kanker, (3) Protokol (tata laksana) penilaian dan konseling aktivitas fisik pada ibu hamil dan nifas, (4) Protokol (tata laksana) penilaian dan konseling aktivitas fisik bagi orang yang mengalami gangguan kesehatan mental, (5) Undang-undang/peraturan yang mewajibkan agar orang mematuhi standar atau protokol di atas, (6) Undang-undang atau kebijakan tentang perlunya izin medis (medical clearance) pada saat akan mengikuti aktivitas fisik, program kesehatan atau rehabilitasi untuk semua kelompok usia.

Program untuk lansia yaitu layanan kesehatan nasional yang secara khusus ditujukan untuk meningkatkan atau mempertahankan aktivitas fisik pada lansia. Program ini dipegang oleh Kemenkes dengan kerjasama antara Direktorat Gizi, Kesjaor, dan Kesga. Direktorat gizi berperan dalam memberikan Buku kesehatan Lansia serta pedoman pelayanan gizi lansia termasuk anjuran untuk aktivitas fisik. Sementara itu Ditkesga memberikan pedoman untuk Puskesmas dalam perawatan jangka panjang bagi lansia. Sementara itu untuk populasi tidak aktif Kemenkes memiliki program atau layanan nasional bagi pegawai pemerintah untuk melakukan aktivitas fisik selama atau di luar jam kerja (Sesuai rekomendasi GAPPA 3.4). Program ini dilakukan oleh Direktorat Kesjaor dan Gizi. Dalam upaya pencegahan PTM Kemenkes melalui Direktorat Gizi mempromosikan pedoman pencegahan dan penanggulangan kegemukan pada anak sekolah, pedoman umum manajemen kelas ibu termasuk senam hamil, serta panduan pelaksanaan Gentas (Generasis Nusantara Tekan Angka Obesitas).

Pelayanan Kesehatan di tempat kerja dilakukan melalui program yang sesuai dengan rekomendasi GAPP 3.3 yaitu program atau layanan nasional bagi pegawai pemerintah, pengusaha, dan karyawan swasta untuk melakukan aktivitas fisik selama atau di luar jam kerja. Program untuk pegawai pemerintah telah dilakukan oleh Kemenkes melalui Direktorat Kesjaor dan Bappenas melalui senam rutin setiap Jumat. Selain itu Bappenas juga membentuk klub olahraga lainnya di internal instansi bagi pegawai, namun tidak ada pengwasan secara rutin terkait tingkat partisipasi. Sementara itu program untuk pengusaha dan karyawan swasta dipelopori oleh Kemenkes dan Kemenaker. Kemenkes melalui program Kesehatan Kerja dan Olahraga bertujuan untuk menekan angka kesakitan dan meningkatkan produktifitas. Kemenaker juga melakukan upaya agar pengusaha, dan karyawan swasta untuk melakukan aktivitas fisik selama atau di luar jam kerja. Hal ini dituangkan dalam beberapa kebijakan antara lain (1) UU 1 Tahun 1970 tentang Keselamatan Kerja, (2) Permenaker no. 3 Tahun 1982 tentang Pelayanan Kesehatan Kerja, (3) Inpres No. 1 Tahun 2017 tentang GERMAS dimana salah satu indikator GERMAS bidang Ketenagakerjaan adalah peningkatan aktivitas fisik yang mendorong adanya perenggangan diantara jam kerja.

Pada tingkat Kementerian pelayanan kesehatan pada seluruh sektor pendidikan yang dipelopori oleh Kemenkes dan Kemedikbudristek melalui beberapa program dan kebijakan. Sesuai dengan rekomendasi GAPP 3.1 tentang inisiatif nasional untuk pengembangan sekolah/ kampus sehat Kemenkes melakukan beberapa program dan kebijakan. Direktorat Kesjaor melakukan promosi kesehatan dan kesehatan keluarga, Direktorat Gizi membuat buku panduan kampus sehat dan buku panduan kampus siaga Covid, dan Direktorat Kesga memiliki model sekolah madrasah sehat. Sementara itu Kemendikbudristek mendukung kegiatan lomba sekolah sehat mulai dari tingkat PAUD hingga SMA. Selain itu Kemendikbudristek mendorong agar Tim Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) provinsi dan kabupaten/ kota dapat membina sekolah agar menerapkan Trias UKS yang tertuang dalam Peraturan Bersama antara Mendikbud, Menkes, Menag, dan Mendagri Nomor 6/X/PB/2014, Nomor 73 Tahun 2014, Nomor 41 Tahun 2014, dan Nomor 81 Tahun 2014 tentang Pembinaan dan Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah/ Madrasah.

Rekomendasi GAPP 3.1 yaitu program nasional yang mendorong perjalanan aktif ke dan dari sekolah/ kampus. Program ini dilakukan oleh Direktorat Kesjaor Kemenkes melalui program

Kesehatan Kerja dan Olahraga untuk menekan angka kesakitan dan meningkatkan produktivitas. Kemenkes dan Kemendikbud melakukan rekomendasi GAPPA 3.3 yaitu inisiatif nasional untuk mendukung olahraga/aktivitas fisik di sekolah sebelum dan sesudah jam belajar. Hal tersebut tertuang dalam Permendikbud 146 tahun 2014 tentang kurikulum 2013 PAUD. Sementara pada tingkat SMA terdapat dalam program UKS, tepatnya pada indikator stratifikasi UKS terkait peregangan. Sementara itu inisiatif atau program di sekolah yang bertujuan untuk mendukung dan meningkatkan partisipasi aktivitas fisik dan olahraga pada anak-anak, orang tua dan atau guru yang kurang aktif. Program ini telah dilakukan oleh Direktorat Kesjaor Kemenkes dan Kemendikbudristek yang tertuang dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No. 39 Tahun 2008 tentang Pembinaan Kesiswaan dan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 62 tahun 2014 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. Pada sektor olahraga sesuai dengan rekomendasi GAPPA 3.3 yaitu program nasional bertujuan untuk mendorong olahraga di semua lapisan masyarakat dilakukan oleh Direktorat Gizi Kemenkes dan Kemenpora. Dalam Germas gizi kemenkes mencakup juga upaya-upaya untuk mendorong aktivitas fisik masyarakat. Sementara itu dalam melaksanakan program tersebut Kemenpora melalui kebijakan seperti yang terdapat dalam Undang-Undang Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional yang didalamnya terdiri dari 3 ruang lingkup olahraga yaitu olahraga masyarakat, olahraga pendidikan, dan olahraga prestasi. Kebijakan lainnya yang mendukung program olahraga di semua lapisan masyarakat yaitu Permenpora No 18 tahun 2017 tentang Ayo Olahraga. Program tentang Peran organisasi keolahragaan nasional untuk melaksanakan program 'olahraga untuk semua' atau 'mengolahragakan masyarakat' dilakukan oleh Kemendagri dan Kemenpora yang tertuang dalam UU Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Program lain yang sesuai dengan GAPPA 3.4 yaitu olahraga nasional yang secara khusus bertujuan untuk mendukung partisipasi anak-anak dan atau orang dewasa yang hidup dengan disabilitas. Program ini telah dilakukan oleh Kemenpora dimana sudah terdapat asisten deputi yang menangani khusus olahraga disabilitas dan tertuang dalam UU No 8 tahun 2016 tentang penyandang disabilitas. Selain itu Kemenpora juga sudah melaksanakan program yang bertujuan untuk meningkatkan partisipasi dalam olahraga oleh anak-anak, orang dewasa, dan lansia yang kurang aktif.

Pada tingkat Kabupaten/ Kota Kemenkes melakukan program yang bertujuan untuk mempromosikan aktivitas fisik, berjalan kaki, bersepeda atau rekreasi aktif (rekomendasi GAPPA 3.6). Program ini didukung dengan adanya Peraturan Bersama Menteri Dalam Negeri dan Menteri Kesehatan Nomor 34 tahun 2005 tentang Penyelenggaraan Kabupaten/ Kota sehat. Namun pada tingkat kementerian belum ada program nasional yang bertujuan untuk secara khusus mempromosikan permainan aktif pada anak-anak di tempat penitipan anak (rekomendasi gappa 3.1). Sementara itu terdapat program lain yang diinisiasi masyarakat untuk mendukung promosi aktivitas fisik yang dipelopori oleh Kemenpora dan dilakukan oleh masyarakat melalui organisasi olahraga prestasi, olahraga rekreasi dan olahraga pendidikan.

#### **PILAR 4: SISTEM AKTIF**

Sistem aktif bertujuan menciptakan dan memperkuat kepemimpinan, tata kelola, kemitraan multisektor, kemampuan angkatan kerja, advokasi, dan sistem informasi di berbagai sektor demi terwujudnya peningkatan aktivitas fisik masyarakat. Pada tingkat kementerian sistem aktif terdiri dari (1) Kebijakan nasional, (2) Kebijakan nasional terkait olahraga, (3) pendidikan, (4) pengasuhan anak dan layanan sosial di masyarakat, (5) transportasi dan infrastruktur, (6) COVID-19 Rencana respon dan pemulihan nasional, (7) Target nasional terkait aktivitas fisik, (8) Target terkait layanan/ infrastruktur, (9) Sistem informasi dan pemantauan nasional, (9) Prevalensi aktivitas fisik, (10) Sistem data nasional yang mengumpulkan data dan melaporkan aspek tambahan berikut dari aktivitas fisik, (11) Pedoman nasional aktivitas fisik dan perilaku sedentary, (12) Koordinasi nasional, kerjasama multisektor, (13) agen perubahan, (14) Mekanisme pembiayaan, (15) Penggunaan aplikasi kebugaran "Sipgar".

Kebijakan nasional terkait penyakit tidak menular, aktivitas fisik, model tempat kerja sehat, model sekolah sehat, dan orang dengan disabilitas sudah dikeluarkan oleh Kemenkes. Seperti yang tertuang dalam Permenkes No 41 tahun 2014 tentang Gizi Seimbang dimana aktivitas fisik salah satu pilar gizi seimbang. Ditkesga Kemenkes juga telah melakukan Model Sekolah Sehat dalam upaya mewujudkan sekolah sehat. Pada tingkat kementerian kebijakan nasional terkait olahraga dipelopori oleh Kemenpora. Kebijakan tentang promosi partisipasi masyarakat dalam olahraga telah diatur dalam Permenpora No. 18 Tahun 2017 tentang Gerakan ayo Olahraga.

Selain itu Komite Olahraga Rekreasi Masyarakat Indonesia (KORMI) ikut serta mendukung kejuaraan olahraga rekreasi tingkat nasional dan internasional. Perencanaan dan penyediaan fasilitas olahraga dan rekreasi indoor dan outdoor telah dilakukan oleh Kemenpora dan Kemendagri kepada daerah dan lembaga masyarakat. Kemenpora juga telah mempromosikan partisipasi anak-anak dengan disabilitas dalam olahraga dan rekreasi melalui kegiatan yang dilakukan oleh Asisten Deputi Olahraga Layanan Khusus (OLK).

Kegiatan Kejuaraan Pekan Paralimpiade Nasional atau Pekan Paralimpik Indonesia (Paperpenas) merupakan kegiatan yang dipelopori oleh Kemenpora sebagai wadah untuk mempromosikan partisipasi orang dewasa dengan disabilitas dalam olahraga dan rekreasi. Dalam upaya persyaratan penyaringan medis (*medical clearance*) sebelum menjalankan program olahraga apa pun untuk kelompok usia mana pun Kemenpora memiliki 2 deputi yaitu deputi bidang pembudayaan dan deputi bidang peningkatan prestasi yang menangani tentang olahraga masyarakat, olahraga pendidikan, dan olahraga prestasi.

Pada sektor pendidikan kebijakan atau peraturan yang mengatur pelaksanaan kurikulum untuk pendidikan jasmani di SD, SMP, dan SMA dikeluarkan oleh Kemendikbudristek. Kebijakan yang mengatur kurikulum terdapat dalam Permendikbud RI Nomor 37 tahun 2018 tentang Perubahan Atas Permendikbud Nomor 24 tahun 2016 tentang Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Pelajaran pada Kurikulum 2013 pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. Pada butir nomor 21 terdapat penjelasan kompetensi inti dan kompetensi dasar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada semua jenjang pendidikan. Sementara itu penerapan inisiatif model sekolah sehat telah dilakukan oleh Kemenkes dan Kemendikbudristek. Direktorat SD memiliki Pokja UKS yang bertanggung jawab dalam menjalankan kegiatan UKS di tahun 2021, rencananya akan ada 445 sekolah yang mendapatkan Bantuan Pemerintah PHBS untuk mengembangkan kegiatan UKS sehingga sekolah yang mendapatkan bantuan dapat mencapai stratifikasi UKS paripurna, demikian pula dengan sekolah binaannya. Setiap sekolah penerima bantuan PHBS akan bertanggungjawab membina 10 sekolah lain disekitarnya. Direktorat SD telah menerbitkan 5 buku saku yang salah satu topiknya tentang PHBS yang didalamnya juga ada tentang aktivitas fisik. Selain itu program UKS juga terdapat dalam Peraturan Bersama antara Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Menteri Kesehatan, Menteri Agama, dan Menteri Dalam

Negeri Nomor 6/X/PB/2014, Nomor 73 Tahun 2014, Nomor 41 Tahun 2014, Nomor 81 Tahun 2014 Tentang Pembinaan dan Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah.

Kemendikbud memiliki peran dalam pelaksanaan program pengasuhan anak dan layanan sosial di masyarakat. Pada program penyediaan waktu bermain aktif di dalam ruangan di tempat pengasuhan anak milik pemerintah maupun swasta Kemendikbud memiliki pedoman sarana dan prasarana, dan panduan penyelenggaraan Tempat Penitipan Anak (TPA). Pedoman ini bukan sebuah kebijakan tapi didalamnya mencakup waktu bebas untuk bermain untuk anak-anak, namun belum ada pedoman atau kebijakan terkait penyediaan waktu bermain aktif di luar ruangan di tempat pengasuhan anak milik pemerintah maupun swasta.

Kebijakan terkait transportasi dan infrastruktur dipelopori oleh Kemenhub diantaranya mempromosikan pembiasaan bersepeda, meningkatkan akses transportasi umum, meningkatkan penggunaan kendaraan tidak bermotor, dan keselamatan di jalan, sedangkan untuk kebijakan pembiasaan bersepeda tidak ada. Namun, Menhub selalu mendorong/ menggiatkan/ mengkampanyekan kepada para pemangku kepentingan maupun masyarakat untuk bersepeda. Sementara untuk peraturan diserahkan kepada pemerintah masing-masing kecuali untuk keselamatan di jalan diatur oleh Kemenhub. Promosi dan Kampanye penggunaan sepeda sebagai alat transportasi sehari-hari terus digencarkan pada acara PNKJ. Kemenhub memberikan pengadaan fasilitas parkir sepeda di kementerian/ lembaga.

BPTJ melakukan Kampanye Gerakan Jalan Hijau yang merupakan upaya mengubah pola transportasi masyarakat dari naik kendaraan pribadi beralih menggunakan angkutan umum massal dan pemanfaatan berjalan kaki serta bersepeda/ *Non-Motorized Transportation* (NMT) dalam mendukung terwujudnya kesehatan personal dan kesehatan masyarakat. Rencana Aksi Keselamatan Jalan Kemenhb tersebut tertuang pada 5 Pilar RUNK. Sementara itu pelaksanaan kegiatan keselamatan jalan di Kementerian Perhubungan merujuk pada amanat UU Nomor 22 Tahun 2009 tentang Lalu Lintas dan Angkutan Jalan dan Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2017 tentang Keselamatan Lalu Lintas dan Angkutan Jalan. Kemenhub juga membuat Kebijakan yang mengatur Keselamatan Pesepeda di Jalan sebagai salah satu bentuk perhatian dan dukungan pemerintah terhadap keselamatan para pesepeda. Hal ini tertuang dalam Peraturan Menteri Nomor 59 Tahun 2020 tentang Keselamatan Pesepeda di Jalan.

Kebijakan pemerintah terkait COVID-19 Rencana Respon dan Pemulihan Nasional melalui tindakan untuk mendukung aktivitas fisik dalam rencana tanggap COVID-19 secara nasional dilakukan secara bersama-sama oleh Kemenkes, Kemenaker, dan Kemendagri. Direktorat gizi kemenkes mengeluarkan panduan gizi seimbang pada masa pandemi COVID-19, pada panduan ini terdapat anjuran dan penjelasan tentang manfaat olahraga/ aktivitas fisik untuk meningkatkan kekebalan tubuh dan jenis aktivitas fisik yang dapat dilakukan.

Pada tingkat Kementerian target nasional terkait aktivitas fisik seperti meningkatkan aktivitas fisik misalnya, % perubahan, menurunkan tingkat perilaku tidak aktif, tingkat partisipasi olahraga masyarakat, berjalan kaki, dan bersepeda dipelopori oleh Kemenpora melalui berbagai kegiatan dan himbauan. Salah satu kegiatan Kemenpora untuk menurunkan tingkat perilaku tidak aktif yaitu dengan adanya himbauan dari pimpinan untuk bergerak setiap hari dengan berolahraga. Program terkait tingkat penurunan total kematian di jalan atau pejalan kaki/pesepeda di jalan memiliki angka yang ditargetkan oleh kemenhub dalam RUNK 2011-2035. Upaya Kemenhub dalam pengurangan polusi udara termasuk emisi CO<sub>2</sub> dan emisi terkait transportasi sudah ditetapkan dalam KP.201 TAHUN 2013 tentang Penetapan Rencana Aksi Nasional Penurunan Emisi Gas Rumah Kaca Sektor Perhubungan (RAN-GRK PERHUBUNGAN ) dan Inventarisasi GRK Sektor Perhubungan Tahun 2010 sampai dengan Tahun 2020. Selain itu juga terdapat dalam SK.4963/AJ.402/DRJD/2018 tentang Pelaksanaan Uji Emisi Gas Buang pada Pengujian Kendaraan Bermotor.

Target terkait dengan layanan atau infrastruktur terdiri dari beberapa indikator diantaranya penyediaan, atau akses ke fasilitas olahraga dan rekreasi yang telah dilakukan oleh Kemendagri dan Kemenpora. Kantor kemenpora menyediakan fasilitas fitnes, sauna, masses, klinik kesehatan, gedung badminton dan lapangan tenis. Program penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah dipelopori oleh kemendikbudristek seperti capaian perkembangan anak usia dini pada perkembangan fisik motorik dan semua sekolah di Indonesia dapat mencapai stratifikasi minimal untuk pendidikan kesehatan dengan menyusun rencana. Tempat bermain/ olahraga di sekolah pada Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 24 Tahun 2007 tentang Standar Sarana Prasarana. Sementara itu program terkait meningkatkan penyediaan infrastruktur pejalan kaki, meningkatkan penyediaan infrastruktur bersepeda, dan penyediaan layanan angkutan umum



telah disediakan oleh Kemenhub namun, untuk jumlah target bukan dalam "KM" melainkan "LOKASI/WILAYAH". Target Lokasi tersebut tercantum dalam RENSTRA DITJEN HUBDAT TAHUN 2020-2024. Selain target-target diatas terdapat target nasional lain yang terkait dengan pelayanan atau infrastruktur tertentu yang dilakukan oleh KLHK melalui pemantauan kualitas lingkungan manual dan otomatis.

Sistem informasi dan pemantauan nasional anak balita, remaja 5-17 tahun, dewasa (18-65 tahun), dan lansia (>65 tahun) dilakukan oleh BPS melalui Survei Sosial Ekonomi Nasional Modul Sosial Budaya dan Pendidikan/Susenas MSBP. Sementara itu belum ada sistem atau data terkait prevalensi aktivitas fisik untuk semua kelompok usia.

Sementara itu sudah ada sistem data nasional yang mengumpulkan data dan melaporkan aspek tambahan berikut dari aktivitas fisik yang dilakukan oleh Kemenhub dan Kemenpora. Kemenhub memiliki data terkait pejalan kaki dan bersepeda untuk mengukur frekuensi, durasi, jarak, jumlah perjalanan dan langkah dikarenakan dalam setiap kajian dan studi Kemenhub selalu mengadakan survey. Sebagai contoh Program Kawasan Strategis Pariwisata Nasional (KSPN) tahun 2019-2020 dan Program *Buy The Service* tahun 2021, dimana dalam programnya, dibangun fasilitas pejalan kaki, sepeda, dan halte di wilayah KSPN. Program *Modal Share* angkutan umum adalah tingkat penggunaan angkutan umum untuk berbagai jenis/durasi perjalanan. Program ini dicanangkan oleh Kemenhub dimana setiap kota akan ada *modal share* target, serta ada pembagian antara penggunaan angkutan umum, mobil pribadi, sepeda, motor dan pejalan kaki. Program lainnya dalam upaya meningkatkan aktivitas fisik yaitu partisipasi olahraga pada Pekan Olahraga Masyarakat pada Tahun 2022 yang dicanangkan oleh Kemenpora. Selain itu Kemenpora juga memiliki data terkait kebugaran populasi dimana masih hanya 38 % tingkat kebugaran Masyarakat, sementara target 2045 masyarakat Indonesia 100 % bugar. Sementara itu belum ada pedoman nasional aktivitas fisik dan perilaku sedentary.

Pada tingkat kementerian koordinasi nasional, kerjasama, dan keterlibatan multi sektor terdiri dari beberapa indikator yaitu memiliki mekanisme atau gugus tugas nasional saat ini atau forum resmi reguler yang menyediakan pertemuan dan koordinasi pemangku kepentingan dalam promosi aktivitas fisik dan olahraga. Dalam hal ini Kemenpora dibantu oleh KONI dalam menyelenggarakan even dalam negeri seperti PON dan dibantu oleh KOI untuk even

internasional dan regional. Indikator kedua yaitu memiliki mekanisme untuk melibatkan sektor swasta dalam mempromosikan aktivitas fisik di masyarakat dan/atau untuk terlibat sebagai karyawan yang mendukung aktivitas fisik bagi karyawan mereka. Mekanisme ini dilakukan oleh Kemenaker melalui P2K3 (panitia Pembina K3) untuk menunjang produktivitas serta mensosialisasikan Program2 K3 termasuk Germas bidang Ketenagakerjaan dan Gerakan Pekerja Sehat. Selanjutnya memiliki mekanisme atau jaringan penyedia dan mitra yang dapat membantu mempromosikan dan menyampaikan program aktivitas fisik yang dilakukan oleh Kemenpora bekerjasama dengan Dispora Kanupaten/ Kota.

Pada tingkat Kementerian Agen perubahan dan kepemimpinan yaitu Pemimpin pemerintahan dari Bappenas yaitu Direktur Kesehatan dan Gizi Masyarakat rutin melakukan jogging dan bersepeda termasuk saat dalam perjalanan dinas. Selanjutnya Menteri Ketenagakerjaan melalui P2K3 memberikan dukungan penyediaan fasilitas olahraga.

Mekanisme pembiayaan beberapa program untuk mewujudkan masyarakat aktif berbeda-beda. Sebagai contoh program olahraga sekolah merupakan pendanaan murni dari sekolah, namun sekolah memiliki kebebasan untuk menentukan anggaran sekolah sesuai dengan Permendiknas No. 19 tahun 2007 tentang standar pengelolaan. Mekanisme biaya infrastruktur, dan promosi jalan kaki dan bersepeda dalam anggaran transportasi nasional berasal dari APBN Kemenhub. Sementara itu Bappenas pernah menerima pinjaman hibah untuk mendukung infrastruktur/ program pejalan kaki dan bersepeda, namun pembiayaan implementasi kebijakan yang terkait tentang aktivitas fisik bersumber dari APBN Bappenas. Selain itu penggunaan aplikasi SIPGAR masih belum aktif digunakan di kalangan kementerian.

## 4.2 SUB-NASIONAL

### PILAR 1: MASYARAKAT AKTIF

Kampanye kegiatan masyarakat aktif bertujuan untuk mendorong masyarakat agar aktif melakukan kegiatan fisik untuk menjaga kebugaran dan kesehatan. Tubuh yang sehat merupakan pertahanan untuk mencegah berbagai macam penyakit terutama penyakit tidak menular (PTM). Salah satu penyebab meningkatnya kejadian PTM selain pola konsumsi yaitu karena gaya hidup yang kurang aktif (*sedentary life style*). Terdapat berbagai jenis kegiatan masyarakat aktif yang dilakukan oleh berbagai Dinas di Provinsi, antara lain yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan *car free day*, senam bersama, peregangan, club sepeda religious, jalan sehat, pergerakan massa kegiatan Germas, dan kampanye jalan hijau serta kegiatan lain yang dilakukan saat Hari Kesehatan Nasional. Selain Dinkes, Disnaker provinsi juga melakukan kampanye kegiatan seperti senam pekerja sehat, Gowes Jakarta Excallance dan Senam Pekerja Sehat. Masing-masing Dinas Kesehatan provinsi telah melakukan kampanye kegiatan-kegiatan tersebut untuk mengajak masyarakat mengikuti kegiatan fisik tersebut. Selain Dinas Kesehatan, BKD, BPTJ, dan Disnaker Provinsi juga melakukan kampanye Germas.

#### A. PROVINSI

Kegiatan massal untuk membangun masyarakat aktif telah dimotori oleh Dinas Kesehatan (Dinkes), Dinas Pendidikan (Disdik), Dinas Tenaga Kerja (Disnaker), Dinas Lingkungan Hidup dan Kebersihan (DLKH), dan Badan Kepegawaian dan Diklat Daerah (BKD). Provinsi melaksanakan kegiatan massal yang populer di masyarakat berupa *car free day* setiap hari Minggu. Kegiatan *car free day* dimotori oleh dinas perhubungan. Sementara itu, Dinkes turut berperan sesuai dengan ruang lingkup dan tugas dan BKD ikut berpartisipasi sesuai dengan paparan OPD terkait. Kegiatan *car free day* menjadi kegiatan yang rutin dilaksanakan oleh Dinkes, Dishub, Dinas PUPR, BKD dan Disnaker. Kegiatan *car free day* dilakukan secara lintas sektor antara Dinkes, Dishub dan Dinas PUPR. Penanggung jawab kegiatan *car free day* adalah Dinas Perhubungan provinsi dengan sumber dana yang digunakan untuk kegiatan berasal dari APBD.

Kegiatan hari/ pekan bersepeda ke tempat kerja telah dilaksanakan di beberapa provinsi oleh Dinkes, Dishub, dan DLHK secara persuasif oleh pimpinan untuk mendukung masyarakat aktif.

Peran atau sosok pimpinan sangat menentukan keberadaan kegiatan ini, termasuk keberlanjutannya. Dalam rangka memperingati Hari Olahraga Nasional setiap tanggal 9 September, provinsi juga mengadakan kegiatan massal seperti jalan sehat dan senam massal yang diikuti oleh seluruh OPD provinsi serta masyarakat umum. Selain itu, dinas-dinas juga menyelenggarakan peringatan Hari Olahraga Nasional setiap tanggal 9 September berupa kegiatan FUN RUN dan Tes Kebugaran yang diketuai dan dikoordinasikan oleh Disorda. Kegiatan mempromosikan aktivitas fisik dalam kegiatan-kegiatan lokal terkait olahraga berupa Bulutangkis, Zumba, dan Tenis oleh semua dinas, serta dinas kesehatan telah melaksanakan sosialisasi dan edukasi terkait aktivitas fisik.

Hari aktivitas fisik global diperingati setiap tanggal 6 April di provinsi tertentu. Dalam rangka mendukung peringatan hari aktifitas fisik, beberapa dinas provinsi melakukan kegiatan yang mendukung kegiatan masal. Salah satunya yaitu Badan Pengelola Transportasi Jakarta (BPTJ) melakukan kegiatan kampanye jalan hijau berkolaborasi dengan Direktorat Kesehatan Kerja dan Olah Raga (Diskora). Selain itu dalam rangka memperingati hari aktifitas fisik sedunia pada tahun 2021 BPTJ juga mengadakan perlombaan *Virtual sport* dengan memberikan hadiah kepada para pemenang. Kegiatan ini juga dilakukan dalam memperingati hari olahraga internasional.

Promosi aktivitas fisik dilakukan dalam peringatan nasional atau internasional terkait isu-isu kesehatan seperti saat memperingati hari hipertensi, hari diabetes, dan hari kanker sedunia. Pelopor promosi aktivitas fisik dilakukan oleh Dinkes seperti pemberian edukasi terkait pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) melalui aktivitas fisik. Selain Dinkes, Dishub juga melakukan kegiatan dalam rangka memperingati hari bersepeda sedunia yang diperingati setiap tanggal 3 Juni.

Beberapa Organisasi Perangkat Daerah (OPD) melakukan promosi terkait pemanfaatan taman atau ruang-ruang terbuka publik untuk aktivitas fisik guna mendukung masyarakat aktif. Kegiatan ini dilakukan satu kali dalam seminggu oleh Dinas PUPR bekerja sama dengan Dinkes dengan sumber dana berasal dari APBD. BKD provinsi juga menyediakan Ruang Publik Terpadu Ramah Anak atau sering disebut dengan RPTRA yang berupa ruang terbuka hijau atau taman yang dilengkapi dengan berbagai permainan dan diawasi oleh CCTV. RPTRA ini dibangun di posisi strategis yaitu di tengah pemukiman penduduk terutama pada lapisan bawah dan padat

penduduk agar masyarakat bisa memanfaatkannya. BPTJ pada kegiatan kampanye jalan hijau juga mengadakan kegiatan gowes pagi dengan memanfaatkan ruang terbuka untuk bersepeda. Disnaker dalam rangka promosi terkait pemanfaatan taman atau ruang-ruang terbuka publik untuk aktivitas melalui perusahaan Panitia Penilai K3 melakukan kegiatan rutin olahraga di perusahaan.

Kegiatan promosi aktivitas fisik untuk menuju masyarakat aktif juga dilakukan dalam kegiatan-kegiatan lokal terkait olahraga. Dinkes melakukan sosialisasi kesehatan olahraga melalui pertemuan orientasi. Sementara itu, Dinas PUPR melakukan berbagai perlombaan olahraga dalam rangka memperingati hari pekerjaan umum yang diperingati setiap tanggal 3 Desember. Selain itu dilakukan juga gerak jalan dan senam bersama untuk seluruh pegawai PU baik pegawai pusat maupun daerah. Adapun sumber dana yang digunakan dalam kegiatan tersebut berasal dari APBD provinsi. Kegiatan promosi lainnya dilakukan oleh BPTJ melalui kegiatan Gowes Pagi serta senam bersama yang juga dilakukan oleh Dinas Pendidikan.

Dalam hal pengembangan dan pelatihan tenaga kerja, telah dilakukan berbagai upaya promosi dan pengenalan aktivitas fisik di berbagai profesi misalnya pada tenaga kesehatan (khususnya dokter, perawat dan tenaga layanan sosial dan kesehatan lainnya), tenaga pendidik, serta perencana kota dan pembuat kebijakan perencanaan kota dengan mengikuti standar dari pusat. Pengenalan aktivitas fisik pada berbagai profesi tenaga kerja diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk beraktivitas fisik. Kegiatan pelatihan dan pengembangan tenaga kerja dilakukan oleh Dinas Pendidikan secara berkelanjutan. Seperti pelatihan untuk guru Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) serta pengembangan kompetensi guru bersama NBA Junior pada materi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Dinas PUPR sebagai perencana dan pembuat kebijakan transportasi telah menerbitkan Modul Pelatihan Dasar Calon PNS “Kesiapsiagaan Bela Negara”. Selain itu Dinas PUPR juga melakukan perencanaan kota dan pembuat kebijakan perencanaan kota dengan mengajukan Rencana Terpadu dan Program Investasi Infrastruktur Kawasan Perkotaan. Dinas Pemuda dan Olahraga (Dispora) mengadakan pelatihan senam kebugaran dengan standar nasional. Pelatihan dan pengembangan dilakukan juga oleh Dinkes dan Disnaker untuk petugas kesehatan dan keselamatan kerja. Disnaker mewajibkan setiap petugas PK3 memiliki sertifikasi dan kualifikasi terkait dengan kesehatan

khususnya aktivitas fisik. Beberapa kegiatan pelatihan dan pengembangan yang dilakukan oleh OPD merupakan salah satu bentuk kegiatan untuk mendukung program masyarakat aktif.

Dari berbagai kegiatan yang telah didokumentasikan tersebut, tampaknya ada gap antara beberapa propinsi dalam melaksanakan kegiatan yang mendukung masyarakat aktif. Selain itu sifatnya incidental dan belum terprogram dengan baik.

## **B. KOTA**

Kampanye kegiatan untuk mendukung terwujudnya masyarakat aktif telah dilakukan oleh Dinas Kesehatan dan Dinas Pendidikan. Dinas pendidikan melakukan kampanye kegiatan saat peringatan Hari Pendidikan Nasional dengan kegiatan Jumat Sehat dengan walikota. Pada tingkat kota, berbagai kegiatan massal untuk membangun masyarakat aktif telah dimotori oleh Dispora, Dinkes, Disdik, dan DPUPR. Dispora di berbagai Kota antara lain melakukan kegiatan senam lansia, jalan sehat, senam PKK, Pekan Olahraga Pemkot, dan peringatan Hari Difabel Internasional. Sementara itu, Dinkes telah melaksanakan kegiatan Hari Kesehatan Nasional, Gebyar Senam Bersama, Senam Peregangan setiap pukul 10.00 WIB; sedangkan DPUPR melakukan Run Heritage Zoom. Semua kegiatan-kegiatan ini merupakan kampanye aktivitas fisik yang baik dan perlu dilanjutkan secara berkesinambungan agar dapat diwujudkan terciptanya masyarakat aktif.

Kegiatan massal yang populer di masyarakat perkotaan adalah beraktivitas fisik di lokasi *car free day* setiap hari Minggu. Di ruas jalan tertentu pada hari Minggu ditetapkan sebagai lokasi *car free day* agar masyarakat dapat beraktivitas secara fisik tanpa terganggu kendaraan bermotor. Dinkes dan Disdik ikut serta dalam pelaksanaan *Car free day*. Selain itu, dinas-dinas juga menyelenggarakan peringatan Hari Olahraga Nasional setiap tanggal 9 September berupa kegiatan senam, festival olahraga rekreasi dll. Peringatan Hari Yoga Internasional hanya dilaksanakan di Denpasar, Bali. Pada tahun 2019 dilaksanakan acara Yoga Massal di Lapangan Puputan Margarana Niti Mandala Renon, Denpasar. Peringatan tersebut diselenggarakan oleh Konsulat Jendral India bekerja sama dengan Swami Vivekananda Cultural Centre (SVCC). Pada Hari Hipertensi Sedunia, Hari Diabetes Sedunia, dan atau Hari Kanker Sedunia dinas-dinas Kota juga menyelenggarakan kegiatan aktivitas fisik bersama masyarakat dalam bentuk Gebyar

Senam Bersama. Untuk mempromosikan pemanfaatan taman atau ruang-ruang terbuka publik untuk aktivitas fisik Dinkes telah melakukan tes kebugaran jasmani bagi ASN, sedangkan Dinas PU melakukan penataan sungai yang dilengkapi dengan *jogging track* di pinggir sungai, sedangkan Disdik melalui kegiatan di Ruang Publik Terpadu Ramah Anak (RPTRA). Penyediaan fasilitas fisik oleh Dinas PU berupa sarana prasarana untuk beraktifitas masyarakat memberikan kontribusi penting untuk terwujudnya masyarakat aktif. Selain di tempat-tempat *out door*, berbagai kegiatan fisik juga telah dilaksanakan secara *in door* berupa senam peregangan di sela-sela waktu bekerja atau rapat. Disdik ikut serta mensosialisasikan untuk melaksanakan senam *poco-poco* setiap hari Jumat di Sekolah. Hal ini mendorong masyarakat tetap aktif meski dalam kondisi terbatas. Untuk mendorong prestasi olahraga di Depok kini tengah dibangun SMP Olahraga untuk menghasilkan olahragawan muda berprestasi.

Dalam hal pengembangan dan pelatihan tenaga kerja, maka telah dilakukan berbagai upaya promosi dan pengenalan aktivitas fisik di berbagai profesi misalnya di kalangan tenaga kesehatan, tenaga pendidik (khususnya Kelompok Kerja Guru Olahraga tingkat SD), pelatih olahraga dan kebugaran, dan petugas kesehatan dan keselamatan kerja oleh Dinas Kesehatan. Pada dasarnya, pengenalan aktivitas fisik untuk berbagai profesi tenaga kerja akan membuat masyarakat semakin sadar untuk beraktivitas fisik. Kegiatan sosialisasi aktivitas fisik dalam bidang apapun akan mendorong terwujudnya masyarakat aktif.

### **C. KABUPATEN**

Kampanye kegiatan massal untuk mencapai masyarakat aktif telah dilakukan pemerintah Kabupaten melalui Dinkes, Dispora, Disdik, Dishub, dan DPUPR. Dispora melakukan kampanye kegiatan *Gowes Nusantara* dan *Senam*, serta mengadakan pekan olahraga pelajar serta pembentukan tim sepak bola umum dan pelajar. Dinas PUPR mengkampanyekan kegiatan *senam pagi*, *gerak jalan*, dan *lomba tarik tambang*. Dinkes sebagai pelopor terbentuknya masyarakat aktif melakukan kampanye tentang *Germas*.

Berbagai kegiatan massal untuk membangun masyarakat aktif telah dimotori oleh Dispora, Dinkes, DPUPR, Disdik, Dinas PUPR, Dishub dan BKPSDM tingkat Kabupaten. Dinkes pada periode Januari hingga Desember 2021 melaksanakan *Car Free Day* yang dilakukan di lingkungan

perkantoran dengan menutup sebagian jalan yang dibutuhkan masyarakat dalam melakukan aktifitas fisik sampai dengan jam 9 Pagi. Dalam rangka memperingati hari olahraga nasional setiap 9 November Disdik melakukan kegiatan senam bersama OPD termasuk Dishub dan Dispora meskipun Dishub sudah melakukan senam bersama karyawan setiap hari Jumat.

Selain itu, senam pada hari Jumat dilakukan oleh Dinkes pada periode Januari hingga Desember 2021 yang dikhususkan untuk Aparatur Sipil Negara (ASN). Hal ini diharapkan dapat memberikan waktu kepada ASN untuk melakukan atau mengikuti senam sebelum melakukan pekerjaan. Kegiatan berikutnya adalah Fun Bike pada Juni 2021 di Tomaru Massapeda untuk Masyarakat di Maros. Dinas PUPR juga melakukan Car free day yaitu bebas kendaraan, yang diisi dengan kegiatan jogging dan senam kebugaran yang dibuka secara umum dan Bersepeda Santai.

Kegiatan setiap hari Minggu tahun 2019 sebelum covid, yaitu "Maros Fun Bike" dibangunnya Hutan kota yang didalamnya lengkap dengan alat kebugaran, jalur jogging /jalan kaki. Pekan Nasional Keselamatan Transportasi yang dilakukan dari tahun 2007 hingga sekarang dengan slogan Sayangi Nyawa suarakan keselamatan. Kampanye ini melibatkan seluruh komponen, baik masyarakat, pemerintah, badan usaha untuk meningkatkan kesadaran akan keselamatan dan mengurangi angka kecelakaan. Dispora melaksanakan seleksi dan identifikasi bakat pada Desember 2020. Hal ini untuk melakukan identifikasi Bakat Atlit Remaja Cabor Angkat Besi. Kegiatan Youth Fun Juggling Competition pada Desember 2020, "Main Bola Yuk", kegiatan tersebut merupakan rangkaian sosialisasi dan membiasakan masyarakat menyambut tamu dari luar kota dan mancanegara serangkaian Piala Dunia U-20 Tahun 2021. Fun Bike, 25 Juni 2021, "Sosialisasi Pemilu dan Pemilihan Serentak 2024", OPD, Parpol, Satgas Covid, Camat, dan komunitas sepeda, Dalam masa pandemi, memotivasi kesadaran politik, pola hidup sehat dengan melaksanakan 5M dan pemulihan ekonomi masyarakat. Semua kegiatan-kegiatan ini merupakan kampanye aktivitas fisik yang baik dan perlu dilanjutkan secara berkesinambungan agar dapat diwujudkan terciptanya masyarakat aktif.

Kegiatan massal yang populer di masyarakat adalah beraktivitas fisik di lokasi car free day setiap hari Minggu. Di ruas jalan tertentu pada hari Minggu ditetapkan sebagai lokasi car free day agar masyarakat dapat beraktivitas secara fisik tanpa terganggu lalu lalang kendaraan bermotor. Lokasi yang dapat digunakan dalam mempromosikan pemanfaatan taman atau ruang-ruang



terbuka publik untuk aktivitas fisik yang dilakukan oleh Dishub adalah masyarakat diberikan kesempatan seluas-luasnya untuk memanfaatkan fasilitas olahraga pada ruang terbuka, contohnya di lapangan Astina Gianyar dan Gor Ngurah Rai. Selain itu, terdapat taman kota yang sudah direnovasi tahun 2020. DPUPR dan Dispora turut berkontribusi dalam mempromosikan pemanfaatan taman atau ruang terbuka publik dengan mengadakan pertandingan bidang olahraga seperti voli, futsal dan senam sehat.

Selain lokasi yang sudah disediakan terdapat kegiatan-kegiatan lokal terkait olahraga untuk mempromosikan aktivitas fisik yaitu kegiatan SKJR (Senam Kesegaran Jasmani dan Rekreasi) yang dilaksanakan di setiap Kecamatan yang ada di Kabupaten Bogor, Pelaksanannya 6-8 Kecamatan dalam satu tahun, terakhir dilaksanakan pada tahun 2019. Pada Dinas Kesehatan melakukan peregangan disela-sela pertemuan atau kegiatan rapat rutin yang dilakukan. Dishub mengadakan perlombaan setiap peringatan HUT Kabupaten, HUT RI dan HUT Perhubungan bersama dengan Dispora. Sedangkan dalam lingkup karyawan Dishub mengusahakan untuk selalu berjalan kaki apabila jarak dekat.

Dalam hal pengembangan dan pelatihan tenaga kerja, maka telah dilakukan berbagai upaya promosi dan pengenalan aktivitas fisik di berbagai profesi yaitu tenaga kesehatan, tenaga pendidik, perencana dan pembuat kebijakan transportasi, perencana kota dan pembuat kebijakan, pelatih olahraga dan kebugaran, petugas kesehatan dan keselamatan kerja. Untuk tenaga kesehatan Dinas Kesehatan melakukan pelatihan instruktur olahraga atau senam dan pengukuran kebugaran yang kebetulan ada kuota dan yang bersangkutan ingin ikut dalam kegiatan, selain itu Dinkes Kabupaten juga melakukan pengembangan tenaga layanan sosial dan layanan kesehatan di Puskesmas. Pelatihan terhadap tenaga kerja perencana dan pembuat kebijakan transportasi untuk setiap pegawai yang merupakan lulusan sekolah perhubungan telah melewati pelatihan fisik, sesuai dengan standar Badan Diklat perhubungan yang dilakukan oleh Dishub. Sebagian petugas lapangan mendapatkan pelatihan fisik di Balai Diklat perhubungan. Dispora juga melaksanakan Bimtek Olahraga Tradisional, Pelatihan Pengembangan dan Pembinaan Pelatih (Cabor Bulutangkis), Pelatihan Pengembangan dan Pembinaan Pelatih (Cabor Senam), Pelatihan Pengembangan dan Pembinaan Pelatih (Cabor Bola Basket), Pelatihan Pengembangan dan Pembinaan Pelatih (Cabor Hockey). Selain itu, terdapat bimtek atau pelatihan tenaga olahraga

(bagi pelatih, wasit, juri dan official olahraga) dengan kurikulum yang berasal dari masing-masing pengurus Kabupaten dan Provinsi bagi tiap cabang olahraga.s

## **PILAR 2: LINGKUNGAN AKTIF**

### **A. PROVINSI**

Lingkungan aktif menyediakan berbagai fasilitas yang dapat dimanfaatkan masyarakat untuk beraktivitas fisik termasuk di dalamnya promosi aktivitas fisik. Promosi jalan kaki telah dilakukan oleh Dinkes melalui kegiatan RUN. Pemerintah provinsi juga menyediakan pedestrian atau trotoar untuk pejalan kaki di sepanjang sisi jalan provinsi (yang menjadi kewenangannya) dengan ukuran yang lebih lebar dan aman untuk meningkatkan kenyamanan pejalan kaki. Dinas PUPR provinsi ikut berperan mengupayakan dan mendesain semua fasilitas keselamatan untuk pejalan kaki.

Promosi angkutan tidak bermotor (*Non Motorized Transportation*) telah dilaksanakan oleh DLKH. Akan tetapi pada tingkat Provinsi, belum atau tidak tersedia undang-undang, standar, dan pedoman terkait transportasi tidak bermotor dan infrastruktur terkait meliputi promosi kegiatan bersepeda, infrastruktur untuk berjalan kaki dan bersepeda, akses angkutan umum, keselamatan jalan, pengaturan batas kecepatan, pengaturan pengemudi saat mabuk, penggunaan narkoba dan ponsel saat mengemudi. Bersepeda merupakan salah satu aktivitas fisik kardio yang berfungsi menjaga kesehatan jantung, paru-paru, serta sirkulasi darah. Pemerintah provinsi membangun jalur khusus sepeda pada beberapa ruas jalan. Dalam upaya mempromosikan kegiatan bersepeda Provinsi NTB mengeluarkan kebijakan yaitu Peraturan Gubernur tentang NTB Bersepeda. Tidak hanya NTB, beberapa provinsi lainnya juga mengeluarkan kebijakan tentang mempromosikan kebiasaan bersepeda disertai dengan pembangunan lajur sepeda. Dinkes provinsi menyediakan sepeda di tempat kerja yang bisa digunakan untuk keperluan keluar kantor jarak dekat. Selain itu BPTJ ikut serta mempromosikan kebiasaan bersepeda melalui kegiatan bersepeda pada acara kegiatan kampanye jalan hijau. Kesuksesan promosi berjalan kaki dan bersepeda membutuhkan infrastruktur untuk berjalan kaki dan bersepeda secara aman. Dalam hal ini, Dinas PUPR menjelaskan bahwa jalan untuk lalu lintas umum wajib dilengkapi dengan perlengkapan jalan termasuk fasilitas untuk sepeda, pejalan kaki, dan penyandang disabilitas atau masyarakat difabel.

Provinsi melakukan upaya untuk mencegah terjadinya kemacetan dengan meningkatkan akses angkutan umum. Dishub memelopori dengan dikeluarkannya kebijakan dan strategi untuk meningkatkan akses transportasi umum yang diatur dalam Peraturan Gubernur. Selain Dishub, BPTJ ikut serta dalam upaya meningkatkan akses angkutan umum. Salah satu program BPTJ yaitu *Buy The Service* (BTS) yaitu angkutan umum massal bersubsidi yang bertujuan untuk menumbuhkan minat masyarakat dalam memanfaatkan angkutan umum sehingga dapat mengurangi penggunaan kendaraan pribadi. Angkutan tidak bermotor (*Non Motorized Transportation*) merupakan alternative untuk mengurangi polusi akibat hasil pembakaran kendaraan bermotor. Beberapa OPD melakukan upaya-upaya untuk meningkatkan penggunaan kendaraan tidak bermotor. BPTJ berperan dalam menghadirkan jalur sepeda di sepanjang ruas jalan, sedangkan Dinas PUPR mengeluarkan kebijakan untuk meningkatkan penggunaan kendaraan tidak bermotor yang didorong dengan Pergub tentang insentif pajak BBN-KB atas kendaraan bermotor.

Keselamatan jalan merupakan hal utama yang harus diperhatikan ketika berhubungan dengan transportasi. Meskipun belum ada undang-undang yang mengatur focus tentang keselamatan jalan namun Provinsi NTB sudah mengeluarkan Peraturan daerah Provinsi tentang Pemanfaatan Jalan. Selain itu Dishub juga aktif melakukan kampanye *Decade of Action for Road Safety* selama sepuluh tahun terakhir, yaitu program yang dipelopori oleh PBB yang bertujuan untuk meningkatkan keselamatan di jalan dan menurunkan angka korban kecelakaan. Pada program ini Dishub mengajak keterlibatan semua pemangku kepentingan mulai dari pemerintah, masyarakat, serta dunia usaha. Untuk mencapai keselamatan jalan tentu melibatkan kelayakan fungsi jalan. Dalam hal ini, Dinas PUPR melakukan penilaian uji laik fungsi jalan secara rutin untuk memastikan jalan layak digunakan. Kecelakaan di jalan disebabkan oleh berbagai macam kondisi seperti mengendara melebihi batas kecepatan, mengendara dalam keadaan mabuk, menggunakan narkoba, atau menggunakan ponsel. Dalam hal ini, BPTJ dan Dishub bersama dengan pemerintah provinsi berperan menjalankan UU LLAJ No 22 Tahun 2009 tentang Lalu Lintas dan Angkutan Jalan (LLAJ) yang didalamnya telah mengatur berbagai hal yang mendukung aktivitas fisik secara tidak langsung misalnya: (a) mengatur batas kecepatan kendaraan, (b)

mengatur mengemudi sambil mabuk, (c) mengenai penggunaan narkoba saat mengemudi, dan (d) mengenai penggunaan ponsel saat mengemudi.

Selain menyebabkan kemacetan, banyaknya kendaraan bermotor dapat meningkatkan tingkat polusi udara. Hal ini jelas tidak baik untuk kesehatan jika terus menerus terhirup oleh manusia. Sehingga perlu adanya kebijakan untuk mengurangi dampak kendaraan bermotor khususnya di daerah perkotaan. Salah satu upaya BPTJ dan Dishub untuk mengurangi dampak kendaraan bermotor di Provinsi DKI Jakarta yaitu dengan dikeluarkannya Pergub DKI Jakarta Nomor 88 tentang Pembatasan Lalu Lintas dengan Sistem Ganjil Genap.

Pada tingkat provinsi terdapat beberapa kebijakan yang mengatur tentang standar dan pedoman desain terkait rencana tata ruang, penggunaan lahan dan perencanaan kota. Dinas PUPR dalam upaya untuk mewujudkan tata ruang penggunaan lahan multifungsi yang memungkinkan lebih banyak orang untuk berjalan kaki atau menggunakan sepeda didukung oleh Perda Prov NTB No.3 Tahun 2010 tentang RTRW Prov NTB tahun 2009-2010. Selain itu, Dinas PUPR menyetujui pembangunan tata ruang dengan mensyaratkan adanya akses terhadap pejalan kaki atau pesepeda. Dinas PUPR bersama dengan Dispora memiliki taman atau fasilitas olahraga dan rekreasi yang dapat diakses oleh publik termasuk penyandang disabilitas serta memiliki alokasi lahan yang dapat dimanfaatkan untuk ruang terbuka publik. Namun belum atau tidak ditemukan adanya kebijakan Provinsi terkait pembangunan tata ruang dengan mensyaratkan adanya akses terhadap pejalan kaki atau pesepeda.

Tingkat Provinsi melalui Dinas Pendidikan telah memiliki kebijakan terkait: (a) peraturan atau standar desain untuk pembangunan gedung dan fasilitas sekolah yang memungkinkan untuk melakukan aktivitas fisik (olahraga), (b) undang-undang atau kebijakan yang memungkinkan masyarakat untuk mengakses dan menggunakan fasilitas olahraga dan rekreasi yang ada di sekolah/universitas, (c) standar atau pedoman tentang peralatan bermain di tempat penitipan anak (pemerintah-swasta) yang dapat berdampak pada peningkatan aktivitas fisik anak, dan (d) standar, undang-undang atau pedoman tentang desain tempat dan fasilitas tempat penitipan anak (pemerintah-swasta).

Pada tingkat provinsi terdapat beberapa kebijakan tentang standar dan pedoman desain di sekolah dan pendidikan melalui Dinas Pendidikan. Seperti pada Permendiknas No. 24 Tahun 2007

yang didalamnya mencakup peraturan atau standar desain untuk pembangunan gedung dan fasilitas sekolah yang memungkinkan warga sekolah untuk melakukan aktifitas fisik. Selain itu Dinas pendidikan juga memiliki standar atau pedoman tentang peralatan bermain di tempat penitipan anak (pemerintah-swasta) yang dapat berdampak pada peningkatan aktivitas fisik anak. Melalui kegiatan ini peserta didik dirangsang untuk mempunyai kreatifitas dan inovatif dengan menggunakan sumber-sumber dan media belajar yang ada di lingkungan sekitar seperti air, tanah lempung, pasir, batu-batuan, kerang, daun-daunan, ranting, karton, botol-botol bekas, perca kain, baju bekas, sepatu bekas, dan banyak benda lainnya yang dapat dijadikan sebagai media belajar untuk mengenalkan banyak konsep baik matematika, sains, sosial, bahasa, dan seni.

Kebijakan pada tingkat Provinsi tentang pedoman di tempat kerja oleh Diskaker dan BKD meliputi kebijakan atau undang-undang yang mengizinkan pegawai pemerintah menggunakan fasilitas yang ada atau di sela-sela waktu kerja untuk melakukan aktivitas fisik (olahraga) seperti senam kesegaran jasmani yang dilaksanakan di hari Jum'at. Sementara itu, undang-undang atau kebijakan yang mengharuskan perusahaan swasta memberikan fasilitas dan penggunaan jam kerja untuk mendukung karyawannya melakukan aktifitas fisik (olahraga) telah dilakukan perusahaan memberikan fasilitas digunakan saat setelah jam kerja. Hal ini didukung oleh Disnaker melalui Keputusan Menteri Ketenagakerjaan Nomor 317 Tahun 2020 tentang Senam Pekerja Sehat. Selain itu, kebijakan yang mendukung pembiasaan berjalan kaki dan bersepeda di tempat kerja telah dilaksanakan oleh BKD. Sebagai contoh, gedung BKD 4 lantai tidak tersedia lift, tempat parkir memiliki jarak yang jauh, meskipun belum ada jalan khusus untuk bersepeda, namun ada taman terbuka hijau dapat untuk aktifitas fisik ada untuk voli, dan jogging. Akan tetapi, belum atau tidak adanya kebijakan lain yang kurang sejalan dengan pembiasaan berjalan kaki dan atau bersepeda di tempat kerja.

## **B. KOTA**

Lingkungan aktif menyediakan berbagai fasilitas yang dapat dimanfaatkan masyarakat untuk beraktivitas fisik termasuk di dalamnya promosi aktivitas fisik. Sebagai contoh, promosi jalan kaki secara intensif telah dilakukan di Kota Denpasar dengan membangun trotoar untuk pejalan kaki

dan juga *jogging track* di pinggiran sungai. Akses kendaraan umum dan perbaikan fasilitas jalan adalah sarana agar masyarakat mengurangi pemakaian kendaraan pribadi. Hal ini tentunya juga akan semakin meningkatkan aktivitas fisik masyarakat.

Promosi keselamatan jalan telah dilakukan oleh Dishub antara lain melalui Kampanye Keselamatan Lalu Lintas di Jalan Raya. Kampanye ini penting baik untuk pejalan kaki maupun untuk pengendara kendaraan bermotor sehingga terjadinya kecelakaan dapat dihindari. Pada dasarnya semakin aman jalan raya dan trotoar akan membuat pejalan kaki merasa aman dan nyaman untuk beraktivitas fisik.

Peran Dishub sangat besar dalam menerapkan berbagai peraturan dan perundang-undangan untuk keamanan di jalan raya. UU LLAJ No 22 Tahun 2009 telah mengatur berbagai hal yang mendukung aktivitas fisik secara tidak langsung misalnya: (a) mengatur batas kecepatan kendaraan, (b) mengatur mengemudi sambil mabuk, (c) mengenai penggunaan narkoba saat mengemudi, dan (d) mengenai penggunaan ponsel saat mengemudi

Kota telah menerapkan Undang-undang, standar, dan pedoman desain terkait rencana tata ruang, penggunaan lahan dan perencanaan Kota yang memungkinkan kegiatan aktivitas fisik dapat dilaksanakan oleh masyarakat. Sebagai contoh, PERDA Kota Denpasar No 27 Tahun 2011 tentang RT/RW Kota Denpasar 2011-2031 yang antara lain bisa dikaitkan dengan penggunaan lahan multifungsi yang memungkinkan lebih banyak orang untuk berjalan kaki atau menggunakan sepeda. Persetujuan Bangunan Gedung (PBG) dapat memberikan persetujuan pembangunan tata ruang dengan mensyaratkan adanya akses terhadap pejalan kaki atau pesepeda.

Kota diharapkan mempunyai taman atau fasilitas olahraga dan rekreasi yang dapat diakses oleh publik dan kaum difabel. Di Depok hal ini dijamin dalam PERDA Kota Depok No 13 tahun 2013 dan PERWAL No 1 tahun 2015 yang menyebutkan bahwa setiap bangunan bukan tempat tinggal harus menyediakan fasilitas utk menjamin kemudahan disabilitas. Tentang perlunya alokasi lahan yang dapat dimanfaatkan untuk ruang terbuka publik, hal ini antara lain diatur PERDA Kota Denpasar No.27 Tahun 2011 tentang RTRW Kota Denpasar 2011-2031.

Belum atau tidak ditemukan adanya kebijakan Kota terkait: (a) peraturan atau standar desain untuk pembangunan gedung dan fasilitas sekolah yang memungkinkan untuk

melakukan aktivitas fisik (olahraga), (b) undang-undang atau kebijakan yang memungkinkan masyarakat untuk mengakses dan menggunakan fasilitas olahraga dan rekreasi yang ada di sekolah/universitas, (c) standar atau pedoman tentang peralatan bermain di tempat penitipan anak (pemerintah-swasta) yang dapat berdampak pada peningkatan aktivitas fisik anak, dan (d) standar, undang-undang atau pedoman tentang desain tempat dan fasilitas tempat penitipan anak (pemerintah-swasta). Namun sebenarnya secara nasional Kementerian Pendidikan telah memiliki peraturan atau standar desain untuk pembangunan gedung dan fasilitas sekolah yang memungkinkan untuk melakukan aktivitas fisik (olahraga). Hal ini diatur dalam Permendiknas No 244 Tahun 2007 tentang Sarana dan Prasarana Sekolah. Sebagai contoh juga tertuang dalam Pergub DKI No. 23 Tahun 2012 tentang Standar Minimal Prasarana dan Sarana Satuan Pendidikan dengan luas minimum tempat bermain dan berolahraga yaitu 1000 m<sup>2</sup> dan didalamnya terdapat ruang bebas untuk berolahraga dengan ukuran 30 m x 20 m. Selain itu kebijakan skala nasional tentang Standar atau pedoman peralatan bermain di tempat penitipan anak (pemerintah-swasta) yang dapat berdampak pada peningkatan aktivitas fisik juga tertuang dalam UU RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan PP No.27 Tahun 1990 tentang Pendidikan Prasekolah. Perihal standar pedoman tentang desain tempat dan fasilitas tempat penitipan anak untuk tingkat Kota hanya ada pada tingkat provinsi dan Nasional. Seperti yang tertuang dalam Permendikbud No. 58 Tahun 2009 tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini dan Pergub DKI No. 119 Tahun 2008 tentang Penyelenggaraan TK dan Pengella PAUD Formal dan Non Formal.

Demikian juga belum/tidak ditemukan adanya kebijakan Kota tentang: (a) kebijakan atau undang-undang yang mengizinkan pegawai pemerintah menggunakan fasilitas yang ada atau di sela-sela waktu kerja untuk melakukan aktivitas fisik (olahraga), (b) undang-undang atau kebijakan yang mengharuskan perusahaan swasta memberikan fasilitas dan penggunaan jam kerja untuk mendukung karyawannya melakukan aktifitas fisik (olahraga), (c) undang-undang atau kebijakan yang mendukung pembiasaan berjalan kaki dan bersepeda di tempat kerja dan (d) undang-undang atau kebijakan lain yang kurang sejalan dengan pembiasaan berjalan kaki dan atau bersepeda di tempat kerja.

### C. KABUPATEN

Lingkungan aktif menyediakan berbagai fasilitas yang dapat dimanfaatkan masyarakat untuk beraktivitas fisik termasuk di dalamnya promosi aktivitas fisik. Promosi keselamatan jalan telah dilakukan oleh Dishub antara lain melalui Kampanye Keselamatan Lalu Lintas di Jalan Raya. Kampanye ini penting baik untuk pejalan kaki maupun untuk pengendara kendaraan bermotor sehingga terjadinya kecelakaan dapat dihindari. Pada dasarnya semakin aman jalan raya dan trotoar akan membuat pejalan kaki merasa aman dan nyaman untuk beraktivitas fisik.

Beberapa Kabupaten telah memiliki undang-undang, standar, dan Pedoman desain terkait transportasi tidak bermotor dan infrastruktur terkait, termasuk didalamnya keselamatan jalan. Pelaksanaan kegiatan mempromosikan jalan kaki dengan berupa Surat Edaran Bupati, untuk mengikuti senam setiap jumat dan di CFD pada hari Minggu serta melakukan stretching pada jam-jam tertentu. Dinas PUPR turut serta mempromosikan jalan kaki melalui kegiatan senam bersama yang diawali dengan jalan kaki. Dishub Gianyar memberikan pelaksanaan Pekan Nasional Keselamatan Jalan dan pelaksanaan Pekan Nasional Keselamatan Jalan. Selain itu, peraturan mempromosikan bersepeda dilakukan oleh Dinas PUPR yang didukung dengan surat Edaran Bupati. Peraturan tingkat kabupaten mengenai infrastruktur untuk berjalan kaki dan bersepeda belum atau tidak ada untuk saat ini, namun pada tingkat nasional terdapat UU No. 38 Tahun 2004 tentang Jalan yang didalamnya memuat infrastruktur untuk pejalan kaki. Salah satu upaya Pemerintah Kabupaten untuk meeningkatan akses angkutan umum melalui pelaksanaan angkutan pedesaan dan angkutan siswa gratis. Dishub memiliki peran penting terkait penilaian keselamatan Jalan. Oleh karena itu Pemkab bersama dengan Dishub mengeluarkan Perbup tentang Analisis dampak lalu lintas (Andalalin) untuk meningkatkan keselamatan jalan.

Pada tingkat kabupaten peran Dishub sangat besar dalam menerapkan berbagai peraturan dan perundang-undangan untuk keamanan di jalan raya. UU LLAJ No 22 Tahun 2009 telah mengatur berbagai hal yang mendukung aktivitas fisik secara tidak langsung misalnya: (a) mengatur batas kecepatan kendaraan, (b) mengatur mengemudi sambil mabuk, (c) mengenai penggunaan narkoba saat mengemudi, dan (d) mengenai penggunaan ponsel saat mengemudi. Salah satu kebijakan yang dirancang untuk mengurangi dampak kendaraan bermotor di daerah yaitu



dengan pelaksanaan Angkutan Siswa Gratis kepada murid SMP sehingga dapat mengurangi tingkat penggunaan kendaraan bermotor pribadi.

Pada tingkat Kabupaten undang-undang, standar, dan pedoman desain terkait rencana tata ruang, penggunaan lahan dan perencanaan kota dipelopori oleh Dispora dan DPUPR. Sebagai contoh Dinas PUPR dan Dispora termuat dalam Rencana Detail Tata Ruang Kabupaten, yaitu program Bupati Bogor tentang pembangunan GOM & Stadion Mini di 40 Kecamatan di Kabupaten Bogor. Hal ini guna membahas Tata ruang penggunaan lahan multifungsi yang memungkinkan lebih banyak orang untuk berjalan kaki atau menggunakan sepeda. Selain itu Dinas PUPR berperan dalam pembangunan Hutan kota yang berada ditengah keramaian kabupaten yang dilengkapi dengan areal jalan kaki dan alat atau perlengkapan olahraga atau kebugaran. Hal ini menunjukkan Dinas PUPR berperan dalam persetujuan pembangunan tata ruang dengan mensyaratkan adanya akses terhadap pejalan kaki atau pesepeda. Dalam melakukan tugas tersebut Dinas PUPR didukung oleh Tim Koordinasi Penataan Ruang Daerah (TKPRD) Kabupaten melalui Perda Kabupaten dan Surat keputusan Bupati tentang Penggunaan publik untuk olahraga dan bermain masyarakat DPUPR dan Dispora menyediakan taman atau fasilitas olahraga dan rekreasi yang dapat diakses oleh publik dan penyandang disabilitas. Sebagai contoh yaitu Peraturan Daerah Kabupaten Gianyar Nomor 16 Tahun 2012; RTRW Kabupaten Gianyar Tahun 2012-2032 berkaitan dengan kepemilikan taman atau fasilitas olahraga dan rekreasi yang dapat diakses oleh publik dan Peraturan Daerah Kabupaten Gianyar Nomor 9 mengenai taman atau fasilitas olahraga atau rekreasi yang dapat diakses oleh penyandang disabilitas. Untuk mewujudkan adanya ruang terbuka publik Dinas PUPR didukung oleh Perda mengalokasikan lahan yang dapat dimanfaatkan untuk ruang terbuka publik.

Belum atau tidak ditemukan adanya kebijakan pada tingkat Kabupaten terkait dengan (i) Undang-undang, standar dan pedoman desain di sekolah dan Pendidikan seperti Peraturan atau standar desain untuk pembangunan gedung dan fasilitas sekolah yang memungkinkan untuk melakukan aktivitas fisik (olahraga), (ii) Undang-undang atau kebijakan yang memungkinkan masyarakat untuk mengakses dan menggunakan fasilitas olahraga dan rekreasi yang ada di sekolah/universitas, (iii) Standar atau pedoman tentang peralatan bermain di tempat penitipan anak (pemerintah-swasta) yang dapat berdampak pada peningkatan aktivitas fisik anak, (iv)

Standar, undang-undang atau pedoman tentang desain tempat dan fasilitas tempat penitipan anak (pemerintah-swasta).

Kebijakan atau undang-undang yang mengizinkan pegawai pemerintah menggunakan fasilitas yang ada atau di sela-sela waktu kerja untuk melakukan aktivitas fisik (olahraga) yaitu BKPSDM dengan memberikan himbauan untuk melaksanakan giat senam pagi setiap hari jumat. Undang-undang, standar, dan pedoman desain di tempat kerja lainnya seperti Undang-undang atau kebijakan yang mengharuskan perusahaan swasta memberikan fasilitas dan penggunaan jam kerja untuk mendukung karyawannya melakukan aktivitas fisik (olahraga), undang-undang atau kebijakan yang mendukung pembiasaan berjalan kaki dan bersepeda di tempat kerja dan Undang-undang atau kebijakan lain yang kurang sejalan dengan pembiasaan berjalan kaki dan atau bersepeda di tempat kerja belum atau tidak ditemukan pada tingkat Kabupaten.

### **PILAR 3: INDIVIDU AKTIF**

#### **A. PROVINSI**

Individu aktif mengidentifikasi dan menilai program dan layanan yang mendukung partisipasi individu dalam aktivitas fisik meliputi lingkungan pelayanan kesehatan oleh Dinas Kesehatan (Dinkes), sektor tempat kerja oleh Dinas Tenaga Kerja (Disnaker), sektor pendidikan oleh Dinas Pendidikan dan Kebudayaan (Disdikbud) dan Dinkes, sektor olahraga oleh Dinas Pemuda dan Olahraga (Dispora) dan Komite Olahraga Rekreasi Masyarakat Indonesia (KORMI), tingkat Kota oleh Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (Bappeda) dan Dinkes, sektor lingkungan pengasuhan anak oleh Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Dinas PPPA), serta program lainnya oleh Dispora dan KORMI.

Pada tingkat Provinsi telah dilaksanakan oleh Dinkes terkait lingkungan pelayanan kesehatan yang meliputi penilaian dan konseling aktivitas fisik bagi pelayanan kesehatan primer, bagi pasien klinis dengan diabetes, hipertensi penyakit jantung koroner dan kanker, bagi ibu hamil dan nifas, bagi disabilitas, bagi lansia dan bagi populasi tidak aktif, serta kebijakan tentang perlunya izin medis (medical clearance) pada saat akan mengikuti aktivitas fisik, program kesehatan atau rehabilitasi untuk semua kelompok usia.

Penilaian dan konseling aktivitas fisik bagi pelayanan kesehatan primer oleh Dinkes sudah sesuai rekomendasi *Global Action Plan on Physical Activity (GAPPA)* bagian 3.2. Seperti yang telah dilakukan di Puskesmas menyediakan kegiatan pengukuran serta layanan konseling kebugaran. Petugas yang ditugaskan sudah dilatih teknik konselor dan rekomendasi latihan fisik sesuai tingkat kebugaran serta pelayanan atau konseling cedera olahraga. Kedua protokol penilaian dan konseling bagi pasien klinis dengan diabetes, hipertensi penyakit jantung koroner dan kanker. Para dokter di Puskesmas memberikan konseling kepada pasien klinis serta merekomendasikan aktivitas fisik yang sesuai dengan kondisi klinis dan keadaan umum pasien. Penilaian dan konseling aktiitas fisik pada ibu hamil dan nifas dilakukan oleh Dinkes Provinsi bagian Kesehatan Keluarga melalui pemberian buku pedoman kelas ibu serta monitoring pelaksanaan kelas ibu. Selanjutnya Dinkes juga memiliki protokol penilaian dan konseling aktivitas fisik bagi orang yang mengalami gangguan kesehatan mental. Untuk mencapai lingkungan pelayanan kesehatan yang maksimal maka perlu melakukan penilaian dan konseling aktivitas fisik sesuai dengan protokol yang sudah diberikan. Oleh karena itu Dinkes mengeluarkan kebijakan dan peraturan untuk mematuhi setiap protokol diatas.

Program individu aktif untuk lansia yaitu secara khusus ditujukan untuk meningkatkan atau mempertahankan aktivitas fisik pada lansia. Program ini dipelopori oleh Dinkes melalui seksi kesehatan keluarga seperti kegiatan senam lansia yang diadakan secara rutin dua kali seminggu. Selain itu melalui Prolanis Dinkes memberikan pelayanan kesehatan promotif dan preventif agar lansia bisa menjaga kesehatannya. Terdapat juga program untuk populasi tidak aktif yaitu program atau layanan nasional bagi pegawai pemerintah untuk melakukan aktivitas fisik selama atau di luar jam kerja sesuai dengan rekomendasi GAPPA 3.4. Melalui setiap Puskesmas Dinkes membentuk komunitas perempuan, lansia, dan ibu hamil untuk melaksanakan kegiatan olahraga rutin seperti senam lansia, senam prolanis, dan senam ibu hamil yang dilaksanakan rutin di Puskesmas. Puskesmas melakukan kerjasama lintas program pelayanan kesehatan terhadap kelompok khusus baik ibu hamil atau lansia untuk mendorong aktivitas fisik. Selain itu terdapat juga program khusus remaja yang dilakukan di Puskesmas yaitu Program Kesehatan Peduli Remaja (PKPR).

Program layanan kesehatan di tempat kerja terdiri dari program atau layanan nasional dan layanan kesehatan bagi pegawai pemerintah untuk melakukan aktivitas fisik selama atau di luar jam kerja. Hal ini sesuai dengan rekomendasi GAPPA 3.3. Pada tingkat provinsi program ini dilakukan oleh BKD dan Disnaker. BKD melalui kegiatan senam kesegaran jasmani dan senam peregangan untuk pegawai, sedangkan Disnaker didukung dengan Kepmen Ketenagakerjaan tentang Senam Pekerja Sehat.

Sektor Pendidikan pada tingkat Provinsi melalui Dinkes dan Disdik telah memiliki: (a) Inisiatif Nasional untuk pengembangan sekolah sehat/kampus sehat, (b) Program nasional yang mendorong perjalanan aktif ke dan dari sekolah/kampus sesuai rekomendasi GAPPA 3.1, (c) Inisiatif nasional untuk mendukung olahraga/aktivitas fisik di sekolah sebelum dan sesudah jam belajar sesuai rekomendasi GAPPA 3.3 dan (d) Inisiatif atau program di sekolah yang bertujuan untuk mendukung dan meningkatkan partisipasi aktivitas fisik dan olahraga pada anak-anak, orang tua dan atau guru yang kurang aktif. Dalam rangka pengembangan sekolah/ kampus sehat pada Tahun 2016 Pemerintah menerbitkan SKB 4 menteri tentang pengembangan sekolah sehat serta Pada tingkat provinsi Surat Edaran gubernur tentang pembinaan sekolah sehat. Selain itu Dinkes juga melakukan pengembangan sekolah sehat pada berbagai tingkat yang berbeda mulai dari SD, SMP, dan SMA yang dibina melalui program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Untuk mencapai Indikator inisiatif nasional untuk mendukung olahraga/aktivitas fisik di sekolah sebelum dan sesudah jam belajar sesuai rekomendasi GAPPA 3.3 Dinkes bekerjasama dengan sekolah selalu melakukan sosialisasi aktifitas fisik. Pada anak SD mengisi jam kosong dengan kegiatan olahraga. Selain itu terdapat gerak baris sebelum belajar dan peregangan sat pertukaran jam pelajaran, serta pemanfaatan waktu istirahat dengan aktifitas fisik pada anak sekolah. Salah satu kegiatan yang dilakukan Dinas Pendidikan untuk mencapai indikator Inisiatif atau program di sekolah yang bertujuan untuk mendukung dan meningkatkan partisipasi aktivitas fisik dan olahraga pada anak-anak, orang tua dan atau guru yang kurang aktif yaitu senam bersama sekali dalam seminggu pada hari tertentu yang dilakukan oleh seluruh warga sekolah.

Belum atau tidak ditemukan adanya kebijakan Provinsi terkait: (a) program yang bertujuan untuk mendorong olahraga di semua lapisan masyarakat sesuai rekomendasi GAPPA 3.3, (b) peran organisasi keolahragaan nasional untuk melaksanakan program 'olahraga untuk semua' atau

'mengolahragakan masyarakat' sesuai rekomendasi GAPP 3.3, (c) program olahraga yang secara khusus bertujuan untuk mendukung partisipasi anak-anak dan atau orang dewasa yang hidup dengan disabilitas sesuai rekomendasi 3.4, dan (d) program untuk meningkatkan partisipasi dalam olahraga oleh anak-anak, orang dewasa, dan lansia yang kurang aktif. Program kegiatan seluruh sektor olahraga dipelopori oleh Dispora seperti pelaksanaan kegiatan Pekan Olahraga Pelajar Paralimpic Daerah (Peparpeda). Selanjutnya program yang bertujuan untuk meningkatkan partisipasi dalam olahraga oleh anak-anak, orang dewasa, dan lansia yang kurang aktif salah satunya dilakukan Dispora dengan kegiatan Senam Kebugaran untuk lansia.

Program kegiatan pada tingkat kota/ kabupaten bertujuan untuk mempromosikan aktivitas fisik, berjalan kaki, bersepeda atau rekreasi. Salah satu OPD yang mendukung program ini adalah Bappeda dengan melakukan aktivitas fisik berjalan kaki, bersepeda, atau rekreasi aktif. Pada tingkat Provinsi sudah dikeluarkan kebijakan berupa Peraturan Gubernur tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Peraturan tersebut merupakan gerakan lintas sektor untuk mendukung masyarakat aktif melalui aktivitas fisik. Selain itu, Pemerintah Provinsi juga mengeluarkan Surat Edaran Gubernur terkait pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Kepada Bupati/ Walikota agar menyusun Peraturan Kepala Daerah dan mengintegrasikan kegiatan lintas sektor serta penganggaran APBD sebagai pendukung pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. Salah satu contoh nyata yaitu dikeluarkannya surat edaran bupati tentang kegiatan berolahraga di organisasi perangkat daerah Kabupaten Tangerang yang dilaksanakan setiap Jum'at. Program 'Kota Sehat' Nasional dipelopori oleh Dinas Kesehatan dengan melakukan kegiatan pembinaan sekolah sehat dan diverifikasi oleh tim dari pusat hingga kabupaten atau kota. Namun pada tingkat Provinsi belum ada kebijakan yang mengatur tentang program lainnya terkait lingkungan pengasuhan anak seperti Program nasional yang bertujuan untuk secara khusus mempromosikan permainan aktif pada anak-anak di tempat penitipan anak sesuai rekomendasi GAPP 3.1 dan program lain yang diinisiasi masyarakat untuk mendukung promosi aktivitas fisik.

## **B. KOTA**

Individu Aktif bertujuan menciptakan dan promosikan akses pada kesempatan dan program di berbagai tempat untuk membantu individu dari segala usia dengan segala kondisi tubuh untuk mengikuti aktivitas fisik teratur secara perorangan, maupun bersama keluarga dan masyarakat. Individu aktif mengidentifikasi dan menilai program dan layanan yang mendukung partisipasi individu dalam aktivitas fisik meliputi lingkungan pelayanan kesehatan oleh Dinas Kesehatan (Dinkes), sektor tempat kerja oleh Dinas Tenaga Kerja (Disnaker), sektor pendidikan oleh Dinas Pendidikan dan Kebudayaan (Disdikbud) dan Dinkes, sektor olahraga oleh Dinas Pemuda dan Olahraga (Dispora) dan Komite Olahraga Rekreasi Masyarakat Indonesia (KORMI), tingkat Kota oleh Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (Bappeda) dan Dinkes, sektor lingkungan pengasuhan anak oleh Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Dinas PPPA), serta program lainnya oleh Dispora dan KORMI.

Lingkungan pelayanan kesehatan meliputi penilaian dan konseling aktivitas fisik bagi pelayanan kesehatan primer, bagi pasien klinis dengan diabetes, hipertensi penyakit jantung koroner dan kanker, bagi ibu hamil, bagi disabilitas, bagi lansia dan bagi populasi tidak aktif dipelopori oleh Dinkes. Pada pelayanan kesehatan primer Dinkes Kota Depok memiliki Standar Operasional Prosedur (SOP) Tes Kebugaran Jasmani, sedangkan Kota Makasar telah menerapkan konseling terkait aktivitas fisik dan melaksanakan tes kebugaran pada calon jamaah haji, kegiatan ini telah sesuai rekomendasi *Global Action Plan on Physical Activity* (GAPPA) 3.2. Sementara itu, wilayah Kota telah memiliki SOP aktivitas fisik pada pasien klinis, bagi ibu hamil dan nifas dan bagi yang mengalami gangguan kesehatan mental. Sebagai contoh, puskesmas di Kota Makasar melakukan konseling aktifitas fisik pada pasien klinis, prolanis pada pasien diabetes, jantung, hipertensi, dan kanker yang langsung ditangani oleh dokter dan pada ibu hamil dan nifas ditangani oleh bidan. Dinkes juga berperan dalam program atau layanan kesehatan nasional yang secara khusus ditujukan untuk meningkatkan atau mempertahankan aktivitas fisik lansia melalui pembinaan Posbindu. Terdapat kebijakan izin medis (*medical clearance*) pada saat akan mengikuti aktivitas fisik, namun tidak secara tertulis, izin medis diberikan dokter hanya berdasarkan kondisi pasien pada saat pemeriksaan. Selain itu, belum atau tidak ditemukan adanya kebijakan Kota terkait undang-undang/peraturan yang mewajibkan agar orang mematuhi standar atau protokol bagi individu dari segala usia dengan segala kondisi tubuh dan untuk populasi tidak aktif yaitu program

atau layanan nasional bagi pegawai pemerintah untuk melakukan aktivitas fisik selama atau di luar jam kantor.

Program/kegiatan di tempat kerja bagi pegawai pemerintah untuk melakukan aktivitas fisik selama atau di luar jam kerja sesuai rekomendasi GAPPA 3.3 telah dilaksanakan Dinkes Kota Depok dengan melakukan senam peregangan setiap pukul 10.00 WIB. Akan tetapi, belum atau tidak ditemukan adanya program/kegiatan bagi pengusaha dan karyawan swasta di wilayah Kota untuk melakukan aktivitas fisik selama atau di luar jam kerja.

Pada sektor pendidikan sesuai rekomendasi GAPPA 3.1 telah dilakukan inisiatif pengembangan sekolah sehat/kampus sehat dan program yang mendorong perjalanan aktif menuju ke sekolah/kampus. Lomba sekolah sehat pada tingkat taman kanak-kanak (TK), sekolah dasar (SD), dan sekolah menengah pertama (SMP) dilaksanakan setahun sekali, serta pembentukan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) disekolah telah dilakukan guna mewujudkan pengembangan sekolah sehat. Kegiatan ini dipelopori oleh Disdik, selain mengadakan lomba sekolah sehat Disdik menetapkan setiap hari Rabu minggu pertama dan hari jum'at minggu kedua semua ASN, guru dan karyawan tidak diperkenankan membawa kendaraan ke sekolah.

Sementara itu, inisiatif nasional untuk mendukung olahraga/aktivitas fisik di sekolah sebelum dan sesudah jam belajar telah dilaksanakan oleh Dinas Kesehatan dengan cara tes kebugaran siswa dan senam peregangan di antara pergantian mata pelajaran dan senam kesegaran jasmani (SKJ) setiap hari Jumat di sekolah, kegiatan tersebut telah sesuai dengan rekomendasi GAPPA 3.3. Selain Dinkes, Disdik juga ikut serta dalam program tersebut dengan melakukan kegiatan bersih-bersih di lingkungan sekolah setiap hari. Selanjutnya upaya Dinas Pendidikan dalam mendukung dan meningkatkan partisipasi aktivitas fisik dan olahraga pada anak-anak, orang tua dan guru yang kurang aktif telah dilaksanakan olahraga bersama di lapangan dipimpin oleh guru olahraga dan dilakukan seminggu sekali serta senam setiap jumat pagi untuk seluruh siswa sekolah.

Kegiatan yang mendorong olahraga di semua lapisan masyarakat sesuai rekomendasi GAPPA 3.3 adalah Senam Kesegaran Jasmani (SKJ) yang dilaksanakan seluruh Aparatur Sipil Negara (ASN) dan anak sekolah setiap hari Jum'at. Selain itu, pelaksanaan program 'olahraga untuk semua' atau 'mengolahragakan masyarakat' juga telah dilaksanakan Dispora Kota Denpasar berupa kegiatan Walikota Cup yang dilakukan oleh Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Kota Denpasar

dengan pembinaan di masing-masing cabang olahraga. Kota telah melaksanakan program olahraga yang mendukung partisipasi anak-anak dan atau orang dewasa yang hidup dengan disabilitas sesuai rekomendasi GAPP 3.4. Sebagai contoh, Dispora Kota Depok melakukan pemberian hibah uang kepada *National Paralympic Committee* Indonesia (NPC) untuk partisipasi dalam olahraga kaum difabel.

Kota telah melaksanakan program “Kota Sehat” oleh Dinas Kesehatan Kota Depok; hal ini dijamin dalam Perwali No. 28 Tahun 2017 tentang Rencana Aksi Kota Sehat Tahun 2017-2021. Namun demikian, belum atau tidak ditemukan adanya program terkait promosi aktivitas fisik, berjalan kaki, bersepeda atau rekreasi aktif sesuai rekomendasi GAPP 3.6 pada tingkat Kota. Pada sektor lingkungan pengasuhan anak sesuai rekomendasi GAPP 3.1 yakni program yang secara khusus mempromosikan permainan aktif pada anak-anak di tempat penitipan anak, kegiatan ini belum dilaksanakan sepenuhnya pada tingkat Kota. Program lainnya yang diinisiasi masyarakat dalam mendukung promosi aktivitas fisik dilakukan bersama Dinas Pemuda Olahraga Kebudayaan dan Pariwisata (Dispora) Kota Depok melalui kompetisi yang dilakukan oleh masyarakat di tingkat kecamatan dan kelurahan, dan rencana kerja dan anggaran (RKA) Dispora Kota Depok melalui KONI; sedangkan Dispora Kota Makassar melaksanakan program kegiatan Makassar Jalan Sehat (MJS), Senam baku, dan Senam Kreasi.

### **C. KABUPATEN**

Individu Aktif bertujuan menciptakan dan promosikan akses pada kesempatan dan program di berbagai tempat untuk membantu individu dari segala usia dengan segala kondisi tubuh untuk mengikuti aktivitas fisik teratur secara perorangan, maupun bersama keluarga dan masyarakat. Pada tingkat kabupaten lingkungan pelayanan kesehatan dipelopori oleh Dinkes yang meliputi penilaian protokol (tata laksana) nasional untuk penilaian dan konseling aktivitas fisik pada pasien klinis yang hidup dengan diabetes, hipertensi, penyakit jantung koroner, kanker, protokol (tata laksana) penilaian dan konseling aktivitas fisik pada ibu hamil dan nifas, protokol penilaian dan konseling aktivitas fisik bagi orang yang mengalami gangguan kesehatan mental. Sementara itu protokol (tata laksana) nasional untuk penilaian dan konseling aktivitas fisik untuk semua pasien di pelayanan kesehatan primer dari rekomendasi GAPP 3.2, Undang-undang atau



peraturan yang mewajibkan agar orang mematuhi standar atau protokol di atas, dan Undang-undang atau kebijakan tentang perlunya izin medis (medical clearance) pada saat akan mengikuti aktivitas fisik, program kesehatan atau rehabilitasi untuk semua kelompok usia belum atau tidak ada pada tingkat Kabupaten.

Protokol nasional untuk penilaian dan konseling aktivitas fisik pada pasien klinis yang hidup dengan diabetes, hipertensi, penyakit jantung koroner, kanker pada tingkat kabupaten dengan melaksanakan konseling, cek kesehatan dan senam. Selain itu, dalam upaya melakukan protokol untuk penilaian dan konseling aktivitas fisik pada pasien klinis Dinkes mengacu pada panduan di Dit. PTM Kemenkes. Sementara protokol penilaian dan konseling aktivitas fisik pada ibu hamil dan nifas dengan melakukan konseling, cek kesehatan dan senam oleh perogram KIA dan Kesehatan Olahraga.

Pada program atau layanan kesehatan nasional yang secara khusus ditujukan untuk meningkatkan atau mempertahankan aktivitas fisik pada lansia terdapat pengukuran kebugaran melalui aplikasi SIPGAR. Dinkes Kabupaten juga membuat program untuk lansia yaitu senam lansia di Puskesmas dan Posyandu yang sudah dilatih. Program atau kegiatan untuk populasi tidak aktif yaitu melakukan aktivitas fisik selama atau di luar jam kerja sesuai dengan rekomendasi GAPP 3.4 yang telah dilaksanakan oleh Dinkes Kabupaten. Sementara itu di tempat kerja terdapat dua program yang sesuai dengan rekomendasi GAPP 3.3 yaitu program bagi pegawai pemerintah untuk melakukan aktivitas fisik selama atau di luar jam kerja dan program atau layanan kesehatan di tempat kerja bagi pengusaha dan karyawan swasta untuk melakukan aktivitas fisik selama atau di luar jam kerja, namun kedua program tersebut belum dilaksanakan secara aktif di tingkat kabupaten.

Pada sektor pendidikan pelaksanaan program pada tingkat Kabupaten dipelopori oleh Dinkes dan Disdik. Inisiatif nasional dalam pengembangan sekolah/ kampus sehat telah dilaksanakan oleh Dinkes melalui lomba sekolah sehat sesuai rekomendasi GAPP 3.1 serta inisiatif nasional untuk mendukung olahraga atau aktivitas fisik di sekolah sebelum dan sesudah jam belajar adalah dengan melakukan pembinaan Kebugaran jasmani anak sekolah sesuai rekomendasi berdasarkan rekomendasi GAPP 3.3. Selain itu Disdik ikut serta dalam Inisiatif atau program di sekolah yang bertujuan untuk mendukung dan meningkatkan partisipasi aktivitas fisik dan olahraga pada anak-

anak, orang tua dan atau guru yang kurang aktif melalui pelaksanaan senam bersama yang melibatkan sekolah dan siswa setiap hari Jum'at.

Seluruh program dalam sektor olahraga dipelopori oleh Dispora. Kegiatan yang dilakukan Dispora untuk mendorong olahraga di semua lapisan masyarakat sesuai rekomendasi GAPP 3.3 adalah senam setiap Jumat di masing-masing OPD, Gowes kecamatan sebulan sekali yang dilakukan oleh seluruh OPD beserta staf. Seperti kegiatan SKJR (Senam Kesegaran Jasmani dan Rekreasi) yang dilaksanakan di setiap Kecamatan yang ada di Kabupaten Bogor, pelaksanaannya 6 Kecamatan dalam satu tahun, terakhir dilaksanakan pada tahun 2019. Pada tingkat Kabupaten Peran organisasi keolahragaan untuk melaksanakan program 'olahraga untuk semua' sesuai dengan Rekomendasi GAPP 3.3 telah dilakukan oleh Dispora dengan kerjasama yang baik antara pemerintah daerah dengan organisasi keolahragaan untuk mensukseskan program kegiatan olahraga di masyarakat seperti yang dilakukan oleh KONI dengan Klub Olahraga di Banyuasin. Pelaksanaan ASN olah raga bersama di Alun-Alun atau kantor masing-masing. Peran organisasi keolahragaan nasional untuk melaksanakan program 'Olahraga untuk Semua' atau 'Mengolahragakan Masyarakat' berdasarkan rekomendasi GAPP 3.3, KORMI Kabupaten Bogor mendukung peran Pemerintah Daerah dalam mendorong masyarakat Kabupaten Bogor dalam berolahraga dengan Program Senam Panca Karsa. Seluruh cabang olah raga bersinergi bersama melaksanakan Pusat Latihan Olahraga Gianyar (Puslag) di GOR.

Program olahraga nasional yang secara khusus bertujuan untuk mendukung partisipasi anak-anak dan atau orang dewasa yang hidup dengan disabilitas berdasarkan rekomendasi GAPP 3.4 didukung oleh Dispora yaitu atlit anak-anak dan dewasa disabilitas yang tergabung ke dalam wadah cabor khusus disabilitas 'National Paralympic Committee (NPC). Program yang bertujuan untuk meningkatkan partisipasi dalam olahraga oleh anak-anak, orang dewasa, dan lansia yang kurang aktif yaitu mengadakan Yoga Lansia dan Porsenijar. Program ini dipelopori oleh Dispora dengan Kegiatan Pekan Olahraga Kabupaten (Popkab) seperti Liga antar Sekolah.

Pada tingkat Kabupaten belum atau tidak ditemukan adanya program di tingkat Kabupaten yang bertujuan untuk mempromosikan aktivitas fisik, berjalan kaki, bersepeda atau rekreasi aktif, namun Dinkes sudah melakukan jaringan atau program 'Kota Sehat' Nasional sesuai rekomendasi GAPP 3.6. Pada sektor lingkungan pengasuhan anak sesuai rekomendasi GAPP 3.1 yakni

program yang secara khusus mempromosikan permainan aktif pada anak-anak di tempat penitipan anak, kegiatan ini belum dilaksanakan sepenuhnya pada tingkat Kabupaten. Program lainnya yang diinisiasi masyarakat dalam mendukung promosi aktivitas fisik dilakukan bersama Dinas Pemuda Olahraga Kebudayaan dan Pariwisata (Dispora) Kabupaten Bogor melalui Kegiatan Festival Olahraga Tradisional tingkat Kabupaten Bogor, yang diikuti oleh Siswa SD. Sedangkan Dispora Kabupaten Gianyar melaksanakan program kegiatan 'Yoga Ketawa' dilingkungan banjar atau desa.

#### **PILAR 4: SISTEM AKTIF**

##### **A. PROVINSI**

Sistem aktif bertujuan menciptakan dan memperkuat kepemimpinan, tata kelola, kemitraan multisektor, kemampuan angkatan kerja, advokasi, dan sistem informasi di berbagai sektor. Bagian sistem aktif meliputi 1) kebijakan nasional, 2) target nasional aktivitas fisik, 3) pedoman nasional kegiatan fisik dan perilaku sedentari, 4) koordinasi, kolaborasi dan kemitraan, 5) landscape politik, 6) informasi nasional dan sistem monitoring, dan 7) mekanisme pendanaan dan pembiayaan.

Sistem aktif berfungsi untuk memperkuat kebijakan dan sistem tata kelola tingkat provinsi, selain itu sistem aktif dapat mendukung pelaksanaan program untuk meningkatkan aktifitas fisik yang melibatkan koordinasi multisektoral, kebijakan lintas sektor serta diperlukan pemantauan dan evaluasi. Kebijakan Nasional terkait kesehatan telah dilaksanakan oleh Dinkes terkait penyakit tidak menular, promosi kesehatan, aktivitas fisik sebagai isu kesehatan tersendiri, aktivitas fisik sebagai bagian dalam isu kebijakan lain seperti diet sehat atau gizi, model sekolah dan Kota sehat, literasi kesehatan dan lansia sehat, model tempat kerja sehat, orang dengan disabilitas dan penuaan yang sehat pada tingkat Provinsi.

Kebijakan nasional terdiri dari beberapa indikator kesehatan yaitu penyakit tidak menular (PTM), promosi kesehatan, aktivitas fisik sebagai isu kesehatan tersendiri, aktivitas fisik sebagai bagian dalam isu kebijakan lain seperti diet sehat atau gizi, model tempat kerja sehat, model sekolah sehat, model kota sehat, literasi kesehatan, orang dengan disabilitas, dan penuaan yang sehat. Kegiatan-kegiatan tersebut dilaksanakan dan dipelopori oleh Dinkes. Salah satu upaya dinkes

yaitu dengan mengeluarkan kebijakan tentang lansia sehat dan strategi setiap program untuk mengikut Rencana Aksi dari nasional yang sudah dilaksanakan pada masing-masing kota atau kabupaten cakupan provinsi.

Sementara itu, kebijakan terkait olahraga telah dilaksanakan oleh Dinkes, Dispora, Disdik, DPUPR dan KORMI terkait perencanaan dan penyediaan fasilitas olahraga dan rekreasi *indoor* dan *outdoor*, Partisipasi anak-anak dan orang dewasa dengan disabilitas dalam olahraga dan rekreasi, serta persyaratan penyaringan medis (*medical clearance*) sebelum menjalankan program olahraga apapun untuk kelompok usia manapun telah dilaksanakan pada tingkat Provinsi.

Kebijakan nasional terkait olahraga dilakukan oleh beberapa OPD diantaranya Dinkes, Disdik, Dinas PUPR dan Dispora. Indikator untuk kebijakan nasional terkait olahraga meliputi promosi partisipasi masyarakat dalam olahraga, perencanaan dan penyediaan fasilitas olahraga rekreasi *indoor* dan *outdoor*, mempromosikan partisipasi anak-anak dengan disabilitas dalam olahraga dan rekreasi, mempromosikan partisipasi orang dewasa dengan disabilitas dalam olahraga dan rekreasi, persyaratan penyaringan medis sebelum menjalankan program olahraga, serta relevan untuk promosi olahraga dan aktivitas fisik untuk semua. Dispora didukung dengan Perda Provinsi melakukan promosi partisipasi, menyediakan fasilitas olahraga, serta mempromosikan partisipasi anak dan dewasa dengan disabilitas dalam olahraga dan rekreasi. Selain itu saat seleksi penyaringan medis sebelum menjalankan program olahraga Dispora melakukan medical check up untuk semua program olahraga dan semua kelompok usia. Sementara itu Dinkes melakukan pengukuran kebugaran bagi pegawai dan anak sekolah setiap tiga bulan sekali serta didukung dengan Perencanaan Gubernur menghimbau untuk melakukan aktivitas fisik untuk semua pegawai.

Kebijakan terkait sektor Pendidikan meliputi kebijakan atau peraturan yang mengatur pelaksanaan kurikulum untuk pendidikan jasmani di SD/SMP, dan SMA, serta penerapan inisiatif model sekolah sehat telah dilaksanakan oleh Disdik dan Dinkes pada tingkat Provinsi. Akan tetapi, belum atau tidak ditemukan adanya kebijakan Provinsi terkait pengasuhan anak dan layanan sosial di masyarakat meliputi penyediaan waktu bermain aktif di dalam ruangan di tempat pengasuhan anak milik pemerintah maupun swasta dan penyediaan waktu bermain aktif di luar ruangan di tempat pengasuhan anak milik pemerintah maupun swasta.

Pada tingkat provinsi program kegiatan terkait transportasi dan infrastruktur (termasuk keselamatan di jalan) dilakukan oleh Dinkes, Dishub, BPTJ. Dinkes Provinsi melakukan promosi tentang pembiasaan berjalan kaki dan bersepeda didukung dengan Perda tentang Pemanfaatan Jalan. Menindaklanjuti promosi Dinkes tentang berjalan kaki, Dishub provinsi melakukan pembangunan untuk menyediakan pedestrian trotoar untuk pejalan kaki. Sementara itu BPTJ ikut serta melakukan pembiasaan bersepeda dengan kegiatan bersepeda pada acara Kampanye Jalan Hijau serta menghadirkan jalur khusus sepeda untuk meningkatkan penggunaan kendaraan tidak bermotor. Selain itu BPTJ memiliki program BTS (*Buy The Service*) yaitu angkutan umum massal bersubsidi untuk meningkatkan akses transportasi umum. Selama masa pandemi Covid-19 Dinkes melakukan tindakan untuk mendukung aktivitas fisik dalam rencana tanggap Covid-19 secara nasional. Dinkes menganjurkan senam rutin pagi untuk setiap pasien yang terpapar COVID-19 baik yang dirawat oleh instansi pemerintah ataupun swasta. Selain itu Dinkes mengadakan kegiatan workshop kesehatan olahraga secara daring serta mengadakan advokasi di media baik media cetak maupun online.

Provinsi dengan target nasional terkait aktivitas fisik memiliki beberapa indikator yaitu meningkatkan aktivitas fisik dengan n% perubahan, menurunkan tingkat pelaku tidak aktif, tingkat partisipasi olahraga masyarakat, berjalan kaki dan bersepeda dilakukan oleh Dinkes Provinsi. Sebagai contoh Dinkes menentukan target kelompok olahraga masyarakat yang akan dibangun. Selain target aktivitas fisik, Provinsi memiliki program target terkait dengan layanan atau infrastruktur yang dilakukan oleh Dinkes, Dispora, Dishub, dan Dinas PUPR. Dinkes memiliki target untuk meningkatkan penyediaan konseling aktivitas fisik oleh tenaga kesehatan di fasilitas kesehatan sebesar 65%. Setiap puskesmas memiliki target serta mampu memberikan konseling olahraga dan kebugaran. Dinas Pendidikan bertanggungjawab terkait penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah melalui pembentukan RPP dan Silabus Penjasor. Sementara itu, Dinas PUPR bertanggungjawab terhadap penyediaan ruang terbuka publik serta target nasional lainnya terkait pelayanan atau infrastruktur bersama dengan Dishub didukung dengan adanya Renstra KemenPUPR 2020-2024.

Sistem informasi dan pemantauan nasional dan prevalensi aktivitas fisik dan pedoman nasional aktivitas fisik dan perilaku sedentary tersedia pada tingkat Provinsi oleh Dinkes, bagi anak di

bawah 5 tahun, anak-anak dan remaja (5-17 tahun), dewasa (18-65 tahun), lansia (>65 tahun) dan populasi khusus (penyandang disabilitas). Selain itu, kebijakan Provinsi terkait sistem data nasional yang mengumpulkan data dan melaporkan aspek tambahan dari aktivitas fisik tentang partisipasi olahraga penyelenggaraan pendidikan jasmani dan/atau olahraga sekolah tersedia oleh Dinkes dan Dispora. Dinkes dan Dispora merencanakan kegiatan kebugaran populasi baik anak-anak maupun orang dewasa. Berdasarkan data Dispora tahun 2019 sebanyak 58,4% masyarakat aktif berpartisipasi dalam kebugaran populasi. Akan tetapi, belum atau tidak tersedia sistem data terkait pejalan kaki (mengukur frekuensi, durasi, jarak, jumlah perjalanan dan langkah, bersepeda (mengukur frekuensi, durasi, jarak, jumlah perjalanan dan langkah, dan kebugaran populasi (anak-anak atau orang dewasa) pada tingkat Provinsi. Ada dua pemantauan aktivitas fisik, yaitu pemantauan aktivitas yang dilakukan oleh Kemenkes melalui Riskesdas bagi penduduk usia 10 tahun ke atas (terakhir dilakukan tahun 2018), dan pemantauan oleh Kemenpora tentang aktivitas masyarakat berolahraga yang datanya dikumpulkan melalui SUSENAS oleh BPS (terakhir dilakukan tahun 2018). Pedoman nasional aktivitas fisik dan perilaku sedentari dilakukan oleh Dinkes namun hanya untuk anak-anak di bawah usia lima tahun.

Tingkat Provinsi melalui Dinkes telah memiliki koordinasi nasional, kerjasama dan keterlibatan multisektor yang meliputi mekanisme atau komite koordinasi multisektoral nasional terkait pencegahan dan pengelolaan PTM, menyediakan pertemuan dan koordinasi pemangku kepentingan dalam promosi aktivitas fisik dan olahraga, melibatkan sektor swasta dalam mempromosikan aktivitas fisik dan mitra yang dapat membantu mempromosikan dan menyampaikan program aktivitas fisik. Selain itu, Dinkes juga mengatur mekanisme pembiayaan terkait kegiatan fisik di bidang kesehatan, infrastruktur dan promosi jalan kaki dan bersepeda pada tingkat Provinsi.

Bappeda dan Dispora melalui pimpinan pemerintahan sebagai agen perubahan dan kepemimpinan melakukan inisiasi gerakan sejuta bola dan turnamen Sepakbola Piala Gubernur di 17 Kabupaten /Kota yang merupakan tindak lanjut dari Inpres No.3 /2019 tentang Percepatan Pembangunan Persepakbolaan Nasional. Sebagai contoh yaitu Gubernur Sumatera Selatan mengeluarkan Surat Edaran Gubernur Sumatera Selatan Nomor : 010/SE/Dispora/2019 Tanggal 4 Maret 2019 perihal Pembentukan Tim Sepakbola OPD di Lingkungan Pemerintah Provinsi

Sumatera Selatan agar tiap OPD dapat ikut berpartisipasi dalam turnamen Sepakbola Piala Gubernur antar OPD. Selain itu beberapa pimpinan daerah baik gubernur atau wakil gubernur melakukan olahraga secara rutin seperti bulutangkis dan bersepeda. Sebagai agen perubahan tokoh olahraga terkenal nasional Mahyadi Pangabean mendukung pelaksanaan Gerakan Sejuta Bola bersama tim sepakbola Bappeda Provinsi dan ikut serta berpartisipasi dalam Turnamen Sepakbola Piala Gubernur

Mekanisme pembiayaan seperti kegiatan fisik di bidang kesehatan dan infrastruktur dan promosi jalan kaki dan bersepeda dalam anggaran transportasi nasional yang dipelopori Dinkes untuk mendukung masyarakat aktif bersumber dari APBD. Selain itu Bappeda menyatakan menerima pinjaman atau hibah untuk mendukung infrastruktur/ program pejalan kaki dan bersepeda dari CSR Perusahaan dan Perbankan untuk mendukung infrastruktur aktivitas fisik. Sementara untuk menerapkan insentif pajak atau kebijakan fiskal lainnya (misalnya, perpajakan atau subsidi) untuk mendukung aktivitas fisik Bappeda perlu berkoordinasi dengan Badan Pendapatan Daerah dan OPD Teknis yang mendapatkan Dana Insentif Pajak. Sumber utama pembiayaan subnasional untuk implementasi kebijakan yang terkait dengan aktivitas fisik dari APBD yang tertuang pada program dan kegiatan pada masing-masing OPD seperti Dinkes, Dispora, Dinas PUPR, dan lainnya. Salah satu program sistem aktif yaitu penggunaan aplikasi kebugaran “Sipgar”. Aplikasi yang dipelopori oleh Dinkes ini sempat terhambat sosialisasinya dikarenakan pandemi Covid-19. Namun pegawai Dinkes sendiri menggunakan aplikasi Sipgar setiap minggu untuk mengetahui tingkat kebugaran. Selain Dinkes, OPD yang juga mengenali aplikasi Sipgar yaitu Dishub. Dishub mengetahui keberadaan dan fungsi aplikasi Sipgar namun belum dipergunakan dengan aktif di lingkungan kerja Dishub.

## **B. KOTA**

Sistem aktif bertujuan menciptakan dan memperkuat kepemimpinan, tata kelola, kemitraan multisektor, kemampuan angkatan kerja, advokasi, dan sistem informasi di berbagai sektor. Bagian sistem aktif meliputi 1) kebijakan nasional, 2) target nasional aktivitas fisik, 3) pedoman nasional kegiatan fisik dan perilaku sedentari, 4) koordinasi, kolaborasi dan kemitraan, 5)

landscape potilik, 6) informasi nasional dan sistem monitoring, dan 7) mekanisme pendanaan dan pembiayaan.

Kebijakan Nasional terkait kesehatan meliputi penyakit tidak menular, promosi kesehatan, aktivitas fisik sebagai isu kesehatan tersendiri, aktivitas fisik sebagai bagian dalam isu kebijakan lain, model sekolah dan Kota sehat, literasi kesehatan, orang dengan disabilitas, dan lansia sehat telah dilaksanakan oleh Dinkes pada tingkat Kota. Sebagai contoh di Kota Jakarta Timur Dinkes berperan dalam Model Sekolah Sehat dengan didukung oleh SK Dinkes No 1 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Replikasi Penerapan Model Sekolah Sehat. Namun, belum atau tidak ditemukan adanya kebijakan nasional terkait aktivitas fisik sebagai bagian dalam isu kebijakan lain seperti diet sehat atau gizi, model tempat kerja sehat dan kebijakan bagi orang dengan disabilitas pada tingkat Kota.

Kebijakan Nasional terkait olahraga berupa promosi partisipasi masyarakat dalam olahraga telah dilaksanakan oleh Dispora. Selain itu, perencanaan dan penyediaan fasilitas olahraga dan rekreasi indoor dan outdoor telah dilaksanakan oleh Dispora dan DPUPR. Sebagai contoh, Kota Depok melakukan pembangunan gedung olahraga (GOR) di tiap Kecamatan oleh Dispora, dan Kota Denpasar melakukan penyediaan sarana dan prasarana sekolah oleh Dispora, dan penataan sungai untuk rekreasi,pedestarian/jogging track, penataan kawasan heritage jalan gajah mada untuk pengembangan destinasi city tour ,serta penataan pantai kawasan sanur untuk pedestarian/jogging track oleh DPUPR. Terkait partisipasi anak-anak dan orang dewasa dengan disabilitas dalam olahraga dan rekreasi tingkat Kota dilaksanakan melalui penyelenggaraan pekan olahraga siswa berkebutuhan khusus dan tersedianya atlet difable oleh Dispora dan Dinkes. Selain itu, persyaratan penyaringan medis (*medical clearance*) sebelum menjalankan program olahraga apa pun untuk kelompok usia mana pun telah dilaksanakan pada tingkat Kota melalui pemeriksaan kesehatan dan pengukuran kebugaran dilakukan screening, tekanan darah dan IMT. Kebijakan terkait Pendidikan meliputi kebijakan atau peraturan yang mengatur pelaksanaan kurikulum untuk pendidikan jasmani di SD/SMP dan SMA telah dilaksanakan di tingkat Kota sesuai dengan PERMENDIKBUD No 21 Tahun 2016 tentang standar Isi terdiri dari Tingkat Kompetensi dan Kompetensi Inti sesuai dengan jenjang dan jenis pendidikan tertentu. Selain itu melalui UURI Nomor 3 tahun 2005 juga memuat tentang keseluruhan aspek



keolahragaan yang saling terkait termasuk pendidikan dan pelatihan perlu dilakukan untuk mencapai sistem keolahragaan nasional. Penerapan inisiatif model sekolah sehat telah dilaksanakan pada tingkat Kota berupa lomba sekolah sehat yang dilaksanakan oleh Dinas Kesehatan dan Dinas Pendidikan.

Belum atau tidak ditemukan adanya kebijakan Kota terkait pengasuhan anak dan layanan sosial di masyarakat meliputi penyediaan waktu bermain aktif di dalam ruangan di tempat pengasuhan anak milik pemerintah maupun swasta, dan penyediaan waktu bermain aktif di luar ruangan di tempat pengasuhan anak milik pemerintah maupun swasta. Selain itu, bidang transportasi dan infrastruktur berupa mempromosikan pembiasaan bersepeda juga belum atau tidak ditemukan pada tingkat Kota.

Transportasi dan infrastruktur meliputi mempromosikan pembiasaan berjalan kaki dan meningkatkan penggunaan kendaraan tidak bermotor telah dilaksanakan pada tingkat Kota oleh Dishub dan Dinas PUPR. Sebagai contoh, Kota Denpasar melaksanakan kegiatan Kegiatan *Car FreeDay* (CFD) oleh Dishub dan Pembangunan trotoar, penataan sungai untuk pedestrian/jogging track, penataan kawasan heritage jalan gajah mada, penataan pantai kawasan sanur oleh dinas PUPR. Upaya meningkatkan akses transportasi umum dan keselamatan jalan telah dilaksanakan tingkat kota oleh Dishub. Sebagai contoh kota Makasar melaksanakan Bidang Moda (*Pete-Pete Smart*) dan Kegiatan Kampanye Keselamatan Lalu Lintas di Jalan Raya. Kota telah menerapkan tindakan untuk mendukung aktivitas fisik dalam rencana tanggap COVID-19 melalui Dinas Kesehatan. Sebagai contoh, kota Makasar melakukan pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan COVID-19 di RT/RW/Desa. Kota telah menerapkan undang-undang, standar, dan pedoman desain terkait rencana tata ruang, penggunaan lahan dan perencanaan Kota yang memungkinkan kegiatan aktivitas fisik dapat dilaksanakan oleh masyarakat. Sebagai contoh, PERDA Kota Denpasar No 27 Tahun 2011 tentang RT/RW Kota Denpasar 2011-2031 yang antara lain bisa dikaitkan dengan penggunaan lahan multifungsi yang memungkinkan lebih banyak orang untuk berjalan kaki atau menggunakan sepeda. Persetujuan Bangunan Gedung (PBG) dapat memberikan persetujuan pembangunan tata ruang dengan mensyaratkan adanya akses terhadap pejalan kaki atau pesepeda.

Target terkait dengan hasil perilaku meliputi meningkatkan aktivitas fisik (target % perubahan), menurunkan tingkat perilaku tidak aktif, tingkat partisipasi olahraga masyarakat, serta target lain yang terkait aktivitas fisik telah dilaksanakan pada tingkat Kota. Sebagai contoh, Kota Depok melaksanakan tes kebugaran jasmani ASN, anak sekolah dan calon jemaah haji oleh Dinas kesehatan, dan Kota Makasar melaksanakan kegiatan *CarFreeDay* (CFD) oleh Dinas Perhubungan. Akan tetapi, belum atau tidak ditemukan adanya target terkait dengan berjalan kaki (misal. 10000 langkah perhari), bersepeda, tingkat penurunan total kematian di jalan atau pejalan kaki/pesepeda di jalan, dan pengurangan polusi udara termasuk emisi CO<sub>2</sub> dan emisi terkait transportasi pada tingkat Kota.

Target terkait dengan layanan atau infrastruktur terkait penyediaan ruang terbuka publik telah dilaksanakan oleh dinas PUPR pada tingkat Kota. Kota Denpasar hal ini dijamin dalam PERDA Kota Denpasar No.27 Tahun 2011 tentang RT/RW Kota Denpasar 2011-2031 dan saat ini dalam tahap penyusunan PERDA baru. Penyelenggaraan Pendidikan Jasmani di Sekolah dipelopori oleh Disdik dimana setiap satuan pendidikan wajib menjalankan pendidikan jasmani di sekolah. Namun, belum atau tidak ditemukan adanya target tentang penyediaan atau akses ke fasilitas olahraga dan rekreasi, penyediaan infrastruktur pejalan kaki dan bersepeda, penyediaan layanan angkutan umum, serta target nasional lain terkait dengan pelayanan atau infrastruktur lainnya pada tingkat Kota.

Sistem informasi dan pemantauan nasional dan prevalensi aktifitas fisik bagi anak-anak dan remaja (5-17 tahun), dewasa (18-65 tahun) dan lansia (>65 tahun) tersedia pada tahun 2019 dengan metode yang digunakan single Test, Test Rockport, kartu menuju bugar (KMB) tes kebugaran jasmani bagi anak sekolah, ASN dan calon jemaah haji. Akan tetapi, belum atau tidak ditemukan adanya sistem informasi dan prevalensi aktivitas fisik pada anak di bawah 5 tahun dan populasi khusus, seperti penyandang disabilitas.

Demikian juga belum/tidak ditemukan adanya kebijakan Kota terkait sistem data nasional yang mengumpulkan data dan melaporkan aspek tambahan dari aktivitas fisik tentang: (a) pejalan Kaki mengukur frekuensi, durasi, jarak, jumlah perjalanan dan langkah, (b), bersepeda mengukur frekuensi, durasi, jarak, jumlah perjalanan dan langkah, (c) model share untuk berbagai

jenis/durasi perjalanan, (d) partisipasi olahraga, (e) penyelenggaraan pendidikan jasmani dan/atau olahraga sekolah, dan (f) kebugaran populasi (anak-anak atau orang dewasa).

Pedoman nasional aktivitas fisik dan perilaku sedentary bagi anak-anak, dewasa dan lansia tersedia pada tingkat Kota. Akan tetapi, belum atau tidak ditemukan adanya pedoman bagi anak-anak di bawah usia lima tahun, wanita hamil dan pasca melahirkan, penyandang disabilitas dan orang yang mengalami kondisi kronis.

Kota Depok memiliki mekanisme atau jaringan penyedia dan mitra yang dapat membantu mempromosikan dan menyampaikan program aktivitas fisik, kegiatan ini dilakukan oleh Dinkes dengan melakukan tes kebugaran jasmani bagi karyawan swasta. Akan tetapi, belum atau tidak ditemukan adanya mekanisme atau komite koordinasi multisektoral yang memberikan pengawasan terhadap tindakan dalam pencegahan dan pengelolaan PTM yang sesuai dengan Rekomendasi Rencana Aksi *Non Communicable Disease* (NCD) WHO, serta mekanisme atau gugus tugas saat ini atau forum resmi reguler yang menyediakan pertemuan dan koordinasi pemangku kepentingan dalam promosi aktivitas fisik dan olahraga.

Agen perubahan dan kepemimpinan telah dilakukan pada tingkat Kota oleh pemimpin pemerintahan, pemimpin dari industri/sector swasta, selebriti dan tokoh masyarakat. Sebagai contoh, Kota Depok oleh Walikota Depok sebagai pemimpin pemerintahan mempromosikan bersepeda. Akan tetapi, belum atau tidak ditemukan adanya agen perubahan dari figur tokoh olahraga nasional terkenal dan pemimpin agama pada tingkat Kota.

Mekanisme pembiayaan pada kegiatan fisik di bidang kesehatan bersumber dari Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah (APBD) dan pajak rokok rutin tiap tahun. Selain itu, mekanisme pembiayaan infrastruktur, dan promosi jalan kaki dan bersepeda dalam anggaran transportasi oleh dinas PUPR bersumber dari pembangunan trotoar bersumber dari dana APBD, Dana Alokasi Khusus (DAK) dan Bursa Kerja Khusus (BKK); sedangkan sumber utama pembiayaan untuk implementasi kebijakan yang terkait dengan aktivitas fisik oleh Dispora bersumber dari APBD. Penggunaan aplikasi kebugaran "SIPGAR" secara aktif hanya pada lingkup anggota Dinas kesehatan, sedangkan untuk OPD lain masih belum tahu tentang aplikasi tersebut.

### **C. KABUPATEN**

Sistem aktif bertujuan menciptakan dan memperkuat kepemimpinan, tata kelola, kemitraan multisektor, kemampuan angkatan kerja, advokasi, dan sistem informasi di berbagai sektor. Bagian sistem aktif meliputi 1) kebijakan nasional, 2) target nasional aktivitas fisik, 3) pedoman nasional kegiatan fisik dan perilaku sedentari, 4) koordinasi, kolaborasi dan kemitraan, 5) landscape politik, 6) informasi nasional dan sistem monitoring, dan 7) mekanisme pendanaan dan pembiayaan.

Kebijakan Nasional terkait kesehatan belum atau tidak ditemukan terkait penyakit tidak menular, promosi kesehatan, aktivitas fisik sebagai isu kesehatan tersendiri, aktivitas fisik sebagai bagian dalam isu kebijakan lain seperti diet sehat atau gizi, model sekolah dan Kota sehat, literasi kesehatan dan lansia sehat, model tempat kerja sehat, orang dengan disabilitas dan penuaan yang sehat pada tingkat Kabupaten. Namun Dinkes berupaya melaksanakan program-program terkait Penyakit tidak menular, promosi kesehatan, model sekolah sehat, dan model kota sehat. Pencegahan Penyakit tidak menular dilakukan melalui sosialisasi di Pos Bindu Model Sekolah dan Kota Sehat telah diperjuangkan oleh Dinkes melalui pembentukan forum Kabupaten/Kota Sehat (KKS).

Kebijakan Nasional terkait olahraga berupa promosi partisipasi masyarakat dalam olahraga telah dilaksanakan oleh Dispora melalui Pekan Olahraga Pelajar Daerah (POPDA) dan Pekan Olahraga Wilayah (POPWIL). Sebagai contoh Kabupaten Bogor mendukung peran Pemerintah Daerah dalam mendorong masyarakat dalam berolahraga dengan Program Senam Panca Karsa. Dispora Kabupaten Gianyar mengadakan Workshop Partisipasi Pengusaha Pihak Ketiga dalam Keolahragaan. Dispora dan PUPR melakukan perencanaan dan penyediaan fasilitas olahraga dan rekreasi indoor dan outdoor seperti pembuatan lapangan voli, pembangunan fasilitas GOR, dan Gedung Pusat Pembinaan dan Pelatihan Pelajar (PPLP). Program Bupati Bogor, Pembangunan GOM & Stadion Mini di 40 Kecamatan di Kabupaten Bogor dalam upaya melaksanakan perencanaan dan penyediaan fasilitas olahraga dan rekreasi indoor dan outdoor. Kabupaten Gianyar mendapatkan hibah Sarana dan Prasarana Keolahragaan bagi masyarakat berupa pembangunan GOR, meja tenis meja, matras, pelindung badan dan bola voli. Kegiatan yang mempromosikan partisipasi anak-anak dengan disabilitas dalam olahraga dan rekreasi yaitu Kabupaten Gianyar melaksanakan Pentas Seni Yayasan Anak Cacat "Ksama lakng Papa". Kegiatan

yang mempromosikan partisipasi orang dewasa dengan disabilitas salah satunya adalah olahraga dan aktivitas rekreasi, termasuk cabang olahraga khusus disabilitas NPC. Sebelum menjalankan program olahraga persyaratan penyingkapan medis (medical clearance) yang harus dipenuhi salah satunya adalah atlet harus menyertakan surat keterangan sehat dari dokter. Hal ini dilakukan oleh Dinkes dan Dispora untuk melakukan skinning pada atlet. Relevansi untuk promosi olahraga dan aktivitas fisik untuk semua. Tiap cabang memiliki strategi penjangkaran bakat melalui pelatihan gratis seperti cabang renang dan silat.

Pada tingkat Kabupaten Disdik yang memiliki peran besar terkait kebijakan dalam lingkup pendidikan. Belum atau tidak ditemukan adanya kebijakan Kabupaten terkait pengasuhan anak dan layanan sosial di masyarakat meliputi penyediaan waktu bermain aktif di dalam ruangan di tempat pengasuhan anak milik pemerintah maupun swasta, dan penyediaan waktu bermain aktif di luar ruangan di tempat pengasuhan anak milik pemerintah maupun swasta.

Transportasi dan infrastruktur meliputi kegiatan mempromosikan pembiasaan berjalan kaki, mempromosikan pembiasaan bersepeda, meningkatkan akses transportasi umum, meningkatkan penggunaan kendaraan tidak bermotor, serta keselamatan di jalan. Sebagai upaya pembiasaan berjalan kaki Dinas PUPR mengadakan kegiatan Car Free Day yang dilakukan setiap hari minggu dengan menutup akses kendaraan yang menuju hutan kota dan lapangan olahraga sehingga bebas melaksanakan kegiatan olahraga lainnya serta melakukan jalan sehat setiap hari Jumat. Berbeda halnya dengan Dinas PUPR Kabupaten Maros, Dinas Perhubungan Kabupaten Gianyar memberikan himbauan agar setiap masyarakat mengutamakan berjalan kaki. Dinas PUPR juga mempromosikan pembiasaan bersepeda dengan mengeluarkan edaran pelaksanaan kegiatan sepeda santai setiap hari Jumat. Bersepeda santai dengan tema Maros Fun Bike yang hampir setiap minggu dilakukan hal ini untuk mempromosikan pembiasaan bersepeda. Dishub Kabupaten Gianyar juga mempromosikan akses transportasi umum dengan pelaksanaan angkutan pedesaan dan angkutan siswa gratis. Dishub juga melaksanakan Pekan Nasional Keselamatan Jalan untuk meningkatkan penggunaan kendaraan tidak bermotor dan keselamatan di jalan. Hal ini dilakukan oleh Dishub melalui kegiatan sosialisasi di sekolah tentang keselamatan jalan.

Pada tingkat Kabupaten tidak mencanangkan tindakan untuk mendukung aktivitas fisik dalam rencana tanggap COVID-19. Target nasional terkait aktivitas fisik dengan hasil perilaku meliputi meningkatkan aktivitas fisik (target % perubahan), menurunkan tingkat perilaku tidak aktif, tingkat partisipasi olahraga masyarakat, berjalan kaki, bersepeda, serta target lain yang terkait aktivitas fisik telah dilaksanakan pada tingkat Kabupaten. Sebagai contoh, Dinkes Kabupaten Maros di tingkat Pukesmas melaksanakan kesehatan olahraga. Dispora Kabupaten Gianyar melaksanakan pelatihan/bimtek cabor yang diikuti oleh seluruh pelatih Kabupaten guna merangsang aktivitas olahraga terdapat sarana prasarana olahraga bagi pihak ketiga yaitu sekolah atau masyarakat di seluruh desa potensial seperti GOR, meja pingpong, tower panjat tebing, bola voli dan bola basket. Dalam meningkatkan tingkat partisipasi olahraga masyarakat diadakan Ajang Porjar yang diikuti oleh seluruh duta Kecamatan atau Kabupaten atau Kota. Selain itu Dispora bekerjasama dengan kecamatan mengadakan kegiatan gowes setiap bulan di masing-masing kecamatan dengan tujuan minat masyarakat untuk bersepeda akan semakin meningkat. Kegiatan lain yang menjadi target Dinkes Kabupaten terkait aktivitas fisik adalah pengukuran kebugaran para peserta haji.

Pada tingkat Kabupaten target terkait dengan layanan atau infrastruktur terkait penyediaan ruang terbuka publik telah dilaksanakan oleh Dispora, Dishub dan Dinas PUPR pada tingkat Kabupaten. Target ini meliputi peningkatan penyediaan konseling aktivitas fisik oleh tenaga kesehatan di fasilitas kesehatan primer, penyediaan, atau akses ke fasilitas olahraga dan rekreasi, penyelenggaraan pendidikan jasmani, penyediaan ruang terbuka publik, meningkatkan penyediaan infrastruktur pejalan kaki, meningkatkan penyediaan infrastruktur bersepeda, penyediaan layanan angkutan umum, dan target nasional dengan pelayanan atau infrastruktur tertentu.

Dalam meningkatkan penyediaan konseling aktivitas fisik oleh tenaga kesehatan di fasilitas kesehatan primer yaitu jumlah PKM yang melaksanakan kesehatan olahraga. Peningkatan penyediaan, atau akses ke fasilitas olahraga dan rekreasi, Dispora bersama Bupati Bogor memiliki program pembangunan GOM & Stadion Mini di 40 Kecamatan di Kabupaten Bogor. Seperti yang dilakukan di Kabupaten Gianyar memiliki GOR dilengkapi RPTRA (ruang publik terbuka ramah anak) dan juga Alun-Alun Gianyar telah direnovasi per Mei 2021 sebagai areal jogging. Sementara

itu penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah dilakukan oleh Disdik dengan memasukkan olahraga ke dalam kurikulum sekolah. Dinas PUPR menyediakan ruang terbuka publik yaitu Hutan kota dan lapangan olahraga yang lokasinya berada di sekitar kantor Pemerintahan. Peningkatan penyediaan infrastruktur pejalan kaki agar semua ruas jalan dilengkapi fasilitas pejalan kaki. Penyediaan layanan angkutan umum dilaksanakan melalui angkutan pedesaan dan angkutan siswa gratis.

Sistem informasi dan pemantauan nasional dan prevalensi aktifitas fisik bagi balita, anak-anak dan remaja (5-17 tahun), dewasa (18-65 tahun) dilakukan oleh Dinkes Kabupaten. Pada tahun 2021 sistem pemantauan dilakukan menggunakan APLIKASI SIPGAR. Akan tetapi, belum atau tidak ditemukan adanya sistem informasi dan prevalensi aktivitas fisik pada anak di bawah 5 tahun, lansia (>65 tahun) dan populasi khusus, seperti penyandang disabilitas. Demikian juga belum/tidak ditemukan adanya kebijakan ditingkat Kabupaten terkait sistem data nasional yang mengumpulkan data dan melaporkan aspek tambahan dari aktivitas fisik tentang: (a) pejalan Kaki mengukur frekuensi, durasi, jarak, jumlah perjalanan dan langkah, (b), bersepeda mengukur frekuensi, durasi, jarak, jumlah perjalanan dan langkah, (c) model share untuk berbagai jenis/durasi perjalanan, (d) partisipasi olahraga, (e) penyelenggaraan pendidikan jasmani dan/atau olahraga sekolah, dan (f) kebugaran populasi (anak-anak atau orang dewasa). Sementara itu pedoman nasional aktivitas fisik dan perilaku sedentary bagi anak-anak, dewasa dan lansia, wanita hamil dan pasca melahirkan, penyandang disabilitas dan orang yang mengalami kondisi kronis juga belum tersedia untuk tingkat kabupaten.

Koordinasi pada tingkat kabupaten yaitu mekanisme atau jaringan penyedia dan mitra yang dapat membantu mempromosikan dan menyampaikan program aktivitas fisik. Mekanisme atau komite koordinasi multisektoral yang memberikan pengawasan terhadap tindakan dalam pencegahan dan pengelolaan PTM yang sesuai dengan Rekomendasi Rencana Aksi Non Communicable Disease (NCD) WHO dipelopori oleh Dispora. Selain itu Dispora juga telah melakukan mekanisme atau jaringan penyedia dan mitra yang dapat membantu mempromosikan dan menyampaikan program aktivitas fisik. Sementara itu mekanisme atau gugus tugas saat ini atau forum resmi reguler yang menyediakan pertemuan dan koordinasi pemangku kepentingan dalam promosi aktivitas fisik dan olahraga belum dilakukan

Agen perubahan dan kepemimpinan telah dilakukan pada tingkat Kabupaten oleh pemimpin pemerintahan, pemimpin dari industri/sektor swasta, selebriti dan tokoh masyarakat. Melalui Dinkes dan Dispora Bupati ditunjuk sebagai Bapak Motivator Olahraga pada tingkat Kabupaten. Salah satu upaya Bupati yaitu mengajak semua Kepala OPD beserta staf melakukan kegiatan bersepeda setiap bulan di masing-masing kecamatan. Sebagai contoh Bupati Kabupaten Maros mengikuti kegiatan senam pada setiap hari Jumat yang diberikan tema "FUN BIKE". Selain itu Bupati Kabupaten Bogor ikut mencanangkan pembangunan GOM & Stadion Mini di 40 Kecamatan di Kabupaten Bogor. Selain Bupati tokoh pemimpin dari sektor industry atau swasta bisa menjadi agen perubahan seperti yang dilakukan Dispora Kabupaten Bogor memiliki H. Usep Supratman, SH.MH (Ketua FORMI Kabupaten Bogor), yang merupakan salah satu tokoh masyarakat. Kegiatan yang dilakukan adalah menciptakan Senam Panca Karsa sekaligus melakukan Perlombaan Senam Panca Karsa antar Desa se-Kabupaten Bogor. Dispora juga menunjuk ketua KONI, pengurus cabang olahraga, serta tokoh agama sebagai pelopor dan penggerak masyarakat untuk lebih aktif. Sementara tokoh masyarakat melalui kepala desa, lurah dan camat bisa menjadi agen penggerak dan pelopor masyarakat untuk melakukan aktivitas fisik. Pada tingkat Kabupaten mekanisme pembiayaan program sebagian besar bersumber dari APBD kabupaten. Seperti mekanisme pembiayaan program olahraga sekolah diajukan oleh Dinkes bersumber dari APBD Kabupaten. Sementara itu di Kabupaten Maros pada kegiatan fisik di bidang kesehatan pendanaan berasal dari Dana Alokasi Umum (DAU) dan Dana Alokasi Khusus (DAK) untuk Infrastruktur, dan promosi jalan kaki dan bersepeda dalam anggaran transportasi nasional pada Dinas PUPR Kabupaten Maros. Selain itu sumber dana program juga bisa berasal dari pihak lain, seperti Kabupaten Bogor pernah mendapatkan pendanaan Hibah Sepeda sebanyak 20 Unit dari Kemenpora. Salah satu program Dinkes dalam mendukung sistem aktif demi terwujudnya masyarakat aktif yaitu dengan Aplikasi Kebugaran "SIPGAR", namun penggunaan aplikasi SIPGAR ini masih dalam lingkup Dinas Kesehatan sendiri.



## **v. IMPLIKASI KEBIJAKAN**

1. Berbagai upaya untuk mendorong masyarakat aktif sudah dilaksanakan di tingkat nasional dan sub-nasional (provinsi, kota dan kabupaten. Dari hasil diskusi dan dokumen yang tersedia, kegiatan untuk mendorong masyarakat aktif, seperti kegiatan kampanye dan kegiatan massal yang mendukung aktivitas fisik, sudah dilaksanakan, namun belum terprogram dengan baik atau belum bersinergi antar lintas sector/program. Disamping itu lingkup kegiatannya bersifat lokal di lintas sektor masing-masing dan bersifat insidental. Oleh karena itu, kegiatan yang mendorong masyarakat aktif ini sangat berpotensi untuk dikembangkan menjadi program yang tertata dengan baik dan berkesinambungan dengan mengacu pada Rencana Aktivitas Fisik Pembudayaan Aktivitas Fisik yang disepakati sesuai dengan payung hukum Inpres no. 1 tahun 2017 tentang germas.
2. Lingkungan aktif menyediakan berbagai fasilitas yang dapat dimanfaatkan masyarakat untuk beraktivitas fisik termasuk di dalamnya promosi aktivitas fisik telah dilaksanakan, meskipun terlihat adanya variasi dalam penyediaan fasilitas fisik antar provinsi, kota dan kabupaten. Hal ini didukung dengan adanya kebijakan di beberapa provinsi/kota/kabupaten yang mengatur tentang standar dan pedoman desain terkait rencana tata ruang, penggunaan lahan dan perencanaan kota. Beberapa provinsi dan kabupaten/kota telah membuat fasilitas sampai ke tingkat kecamatan, Sebagian lagi masih berfokus pada tingkat kabupaten/kota. Hal yang positif adalah hampir semua OPD sepakat pentingnya menyediakan fasilitas aktivitas fisik agar orang aktif beraktivitas fisik sampai ke tingkat wilayah yang lebih kecil, sehingga semakin banyak masyarakat yang dapat mengakses fasilitas tersebut. Oleh karena itu melalui RAN Pembudayaan Aktivitas Fisik sebaiknya pemda didorong memberikan aktivitas fisik sampai ke tingkat wilayah yang lebih kecil.
3. Pada penilaian individu aktif yang mengidentifikasi dan menilai program dan layanan yang mendukung partisipasi individu dalam aktivitas fisik menunjukkan kegiatan ini telah dilaksanakan di beberapa lintas sektor/program. Hanya saja perlu ditingkatkan layanan agar semua masyarakat mendapat melakukan aktivitas fisik yang lebih baik. Misalnya agar siswa dapat beraktivitas fisik lebih baik dan sesuai standar yang diinginkan, maka perlu

penambahan jam aktivitas fisik di sekolah dan juga frekuensinya ditingkatkan. Begitu pula layanan primer di sector Kesehatan dapat melaksanakan penilaian aktivitas fisik. Sektor lainnya juga perlu meningkatkan promosi layanan aktivitas fisik di tempat pekerjaan, baik pegawai pemerintah maupun swasta.

4. Sistem aktif yang bertujuan menciptakan dan memperkuat kepemimpinan, tata kelola, kemitraan multisektor, kemampuan angkatan kerja, advokasi, dan sistem informasi di berbagai sector pada dasarnya sudah dilaksanakan, tetapi belum merata antar lintas sector dan program. Oleh karena itu diperlukan upaya peningkatan dan keberlangsungan dalam kegiatan sistem aktif. Kepemimpinan sangat menentukan keberhasilan menciptakan system aktif, beberapa pemimpin yang lebih peduli dengan aktivitas fisik sangat signifikan perannya dalam menciptakan sistem aktif, sehingga semua aparat dan masyarakat tergerak untuk turut serta beraktivitas fisik. Hal yang sangat penting juga adalah system informasi yang baik. Kegiatan evaluasi merupakan bagian dari system aktif. Pada saat ini ada dua kegiatan evaluasi yang terkait dengan aktivitas fisik, yang pertama evaluasi aktivitas fisik melalui Riskesdas oleh Kementerian Kesehatan, dan yang kedua evaluasi kegiatan olahraga oleh Kemenpora melalui Susenas yang dilaksanakan oleh Badan Pusat Statistik. Kedua evaaluasi ini kedepannya sebaiknya disinergikan sehingga didapatkan data pencapaian program yang diagendakan dalam Rencana Aksi Nasional Pembudayaan Aktivitas Fisik.

## VI. KESIMPULAN

1. Pada prinsipnya Alat Analisis Situasi Aktivitas Fisik dari WHO layak dan dapat digunakan di Indonesia dengan beberapa penyesuaian. Alat analisis ini sudah digunakan dan terbukti bermanfaat dalam analisis situasi aktivitas fisik di tingkat nasional dan sub-nasional (provinsi/kabupaten/kota) di Indonesia.
2. Analisis pilar 1 (masyarakat aktif), yang bertujuan menggugah masyarakat agar aktif melakukan kegiatan fisik untuk menjaga kesehatan dan kebugaran pada umumnya sudah dilakukan di berbagai provinsi dan kabupaten/kota terpilih dengan lingkup yang bervariasi, tetapi pada umumnya dilaksanakan masih di lingkup OPD. Aktivitas ini dilakukan baik di perkotaan maupun di pedesaan.
3. Analisis pilar 2 (lingkungan aktif) menunjukkan berbagai pemda pada umumnya sudah menyediakan berbagai fasilitas yang dapat dimanfaatkan masyarakat untuk beraktivitas fisik termasuk di dalamnya promosi aktivitas fisik. Hanya saja sangat bervariasi antar provinsi dan kabupaten/kota. Di perkotaan pada umumnya lebih banyak fasilitas untuk berolahraga dibandingkan dengan di pedesaan. Namun demikian, di pedesaan pada umumnya lebih banyak ruang terbuka yang dapat dimanfaatkan untuk berolahraga atau aktivitas fisik seperti jalan kaki dan senam. Berbagai peraturan juga telah ada untuk fasilitas dan keselamatan beraktivitas fisik, seperti UU LLAJ No 22 Tahun 2009 telah mengatur berbagai hal yang mendukung aktivitas fisik secara tidak langsung misalnya: (a) mengatur batas kecepatan kendaraan, (b) mengatur mengemudi sambil mabuk, (c) mengenai penggunaan narkoba saat mengemudi, dan (d) mengenai penggunaan ponsel saat mengemudi.
4. Analisis pilar 3 (individu aktif), yang mengidentifikasi dan menilai program dan layanan yang mendukung partisipasi individu dalam aktivitas fisik, seperti di lingkungan pelayanan Kesehatan, sekolah dan tempat kerja, pada umumnya sudah dilakukan, baik di provinsi maupun di kabupaten/kota. Pada umumnya program untuk aktivitas fisik sudah ada di Dinas Kesehatan sampai ke tingkat fasilitas pelayanan primer, dan di sekolah sudah ada mata pelajaran olahraga yang mendorong anak beraktivitas fisik, sedangkan di tempat kerja pemerintah sudah ada senam setiap hari Jum'at dan di industry aturannya sudah ada yang beberapa sudah dilaksanakan oleh kalangan industry tertentu dengan berolahraga atau

melalui program Kesehatan kerja yang salah satunya tentang aktivitas fisik. Program-program ini ada tidak hanya di perkotaan, melainkan juga di pedesaan. Hanya saja perlu peningkatan frekuensi aktivitas fisik di berbagai pelayanan tersebut.

5. Pilar 4 (system aktif), yang bertujuan menciptakan dan memperkuat kepemimpinan, tata kelola, kemitraan multisektor, kemampuan angkatan kerja, advokasi, dan sistem informasi di berbagai sector, pada umumnya sudah dilaksanakan oleh berbagai sector baik di provinsi maupun di kabupaten/kota. Kebijakan pada umumnya sudah dibuat oleh pemerintah pusat, yang sebagian pemda provinsi/kabupaten/kota juga sudah membuat turunannya. Pelaksanaan sangat tergantung pada keinginan politik kepala daerah atau pimpinan OPD. Karena belum semua daerah melaksanakannya maka perlu upaya advokasi untuk membuat peraturan di tingkat pemda. Kegiatan pemantauan juga sudah dilaksanakan. Ada dua pemantauan aktivitas fisik, yaitu pemantauan aktivitas yang dilakukan oleh Kemenkes melalui Riskesdas bagi penduduk usia 10 tahun ke atas (terakhir dilakukan tahun 2018), dan pemantauan oleh Kemenpora tentang aktivitas masyarakat berolahraga yang datanya dikumpulkan melalui SUSENAS oleh BPS (terakhir dilakukan tahun 2018). Hasil analisis, termasuk melalui FGD, tidak memperlihatkan adanya perbedaan sistem aktif di perkotaan dan di pedesaan.
6. Pengukuran kebugaran melalui Sipgar belum banyak di kenal di beberapa OPD (kecuali lingkup Kesehatan). Oleh karena itu perlu lebih digalakkan lagi promosi dan pelaksanaannya melalui berbagai jalur yang paling memungkinkan untuk dimasyarakatkan.

## **VII. LAMPIRAN**

1. Instrumen AAS Indonesia yang dimodifikasi dari WHO
2. Instrumen AAS Provinsi
3. Instrumen AAS kota
4. Instrumen AAS kabupaten