



PEMERINTAH KABUPATEN WAY KANAN  
**DINAS KESEHATAN**

Jalan Widana Abdullah Darma Wijaya Komplek Perkantoran Pemda Way Kanan KM. 02  
Telp. (0723) 461021 Fax. (0723) 461021 Email/Website: [dinkes@waykanankab.go.id](mailto:dinkes@waykanankab.go.id)  
BLAMBANGAN UMPU 34764



---

**LAPORAN PELAKSANAAN  
KEGIATAN GEBYAR PEMERIKSAAN KESEHATAN PEKERJA  
KABUPATEN WAY KANAN TAHUN 2024**

**A. LATAR BELAKANG**

**1. Dasar Hukum**

- Peraturan Bupati Way Kanan Nomor 25 Tahun 2019 tentang Pedoman Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat di Kabupaten Way Kanan

**2. Gambaran Umum**

Olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak (mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak (meningkatkan kualitas hidup). Olahraga adalah semua bentuk aktivitas fisik yang dilakukan baik dalam bentuk kompetitif atau juga santai. Olahraga pada umumnya bertujuan untuk memelihara atau meningkatkan kemampuan dan keterampilan fisik sambil memberikan efek relaksasi ke orang yang melakukan olahraga dan hiburan ke orang yang menonton.

Namun karena minimnya waktu para pekerja untuk berolahraga baik di dalam maupun diluar ruangan. Masih banyak pekerja yang tidak secara rutin melakukan olahraga minimal 30 menit setiap hari. Ketika seseorang kurang melakukan olahraga, maka hal ini akan menyebabkan berat badan anda akan menjadi tidak terkontrol, dan tentunya memberikan dampak bagi tubuh anda seperti Tubuh menjadi lemas, Obesitas, Kekurangan berat badan, Nafsu makan yang tidak normal, hingga kemungkinan resiko terkena penyakit tidak menular, baik hipertensi, jantung, dan diabetes melitus yang tinggi.

Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) merupakan suatu tindakan sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan

kesadaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup. Pelaksanaan GERMAS harus dimulai dari keluarga, karena keluarga adalah bagian terkecil dari masyarakat yang membentuk kepribadian.

#### **B. TUJUAN KEGIATAN**

Tujuan kegiatannya ialah untuk mengetahui tingkat kebugaran jantung dan paru berdasarkan jenis kelamin dan kelompok umur pada pekerja di Baradatu.

#### **C. SASARAN**

Sasaran pada kegiatan ini ialah para pekerja di Baradatu sejumlah 80 orang.

#### **D. TEMA**

Gebyar Pemeriksaan Pekerja

#### **E. NARASUMBER**

Petugas Puskesmas yang berada di wilayah Baradatu

#### **F. WAKTU PELAKSANAAN**

Kegiatan ini dilaksanakan pada:

Hari/Tanggal : Jum'at / 08 Maret 2024

Waktu : 07.30 WIB s/d selesai

Tempat : Puskesmas Baradatu

#### **G. PELAKSANA**

Pelaksana Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Dinkes Kab. Way Kanan, Ferdinan Wijaya, S.KM.

#### **H. PEMBIAYAAN**

Kegiatan ini dibiayai oleh Dana Alokasi Khusus Non Fisik Bidang Kesehatan Tahun Anggaran 2024.

#### **I. HASIL KEGIATAN**

1. Pelaksanaan skrining kesehatan
2. Pelaksanaan pengukuran kebugaran jasmani

**J. PENUTUP**

Demikianlah laporan pelaksanaan kegiatan, kami ucapkan terimakasih.

Blambangan Umpu, 11 Maret 2024

**KEPALA BIDANG KESEHATAN MASYARAKAT  
DINAS KESEHATAN KABUPATEN WAY KANAN**



**SITI AISIAH, SE., MM**

**NIP. 19800607 200003 2 003**

## DOKUMENTASI KEGIATAN





