



**MENTERI PEMUDA DAN OLAHRAGA  
REPUBLIK INDONESIA**

Nomor : S. 6.17.1 /MENPORA/VI/2020  
Sifat : Segera  
Lamp. : --  
Perihal : Himbauan Untuk Menggiatkan Kembali  
Senam Bersama Di Setiap Hari Jum'at Pagi

17 Juni 2020

Kepada Yth.

1. Para Menteri Indonesia Maju;
2. Panglima Tentara Nasional Indonesia;
3. Kepala Kepolisian Republik Indonesia;
4. Jaksa Agung Republik Indonesia;
5. Para Kepala Lembaga Pemerintah Non Kementerian;
6. Para Gubernur se-Indonesia;
7. Para Bupati / Walikota se-Indonesia;
8. Ketua Umum Kamar Dagang dan Industri Indonesia.

di

Tempat

Bersama ini dengan hormat disampaikan pemberitahuan kepada para pimpinan lembaga pemerintah dan kalangan dunia usaha di seluruh Indonesia agar memberikan pembinaan kepada seluruh ASN, anggota TNI dan Polri serta karyawan BUMN dan BUMS di lingkungan masing-masing untuk kembali mengoptimalkan kegiatan senam bersama yang selama ini dilakukan secara rutin pada setiap hari Jum'at pagi jam 07.00 – 08.00 WIB, dengan pertimbangan:

1. Pada prinsipnya setiap ASN, anggota TNI dan Polri serta karyawan BUMN dan BUMS dituntut untuk menunjukkan kinerja seoptimal mungkin sesuai dengan tugas pokok dan fungsinya masing-masing. Optimalisasi kinerja tersebut hanya dimungkinkan seandainya didukung dengan kondisi fisik dan mental dari seluruh jajaran ASN, TNI, Polri, BUMN dan BUMS secara prima;
2. Dalam kondisi Indonesia masih dilanda pandemi COVID-19, maka salah satu prasyarat pencegahannya adalah dengan cara melakukan kegiatan olahraga secara proporsional bagi kepentingan menjaga kebugaran tubuh;
3. Kegiatan senam bersama rutin setiap hari Jum'at pagi yang selama ini berlangsung lebih banyak hanya bersifat opsional dan kurang lagi menjadi kewajiban bersama dari setiap lembaga. Sehingga dipandang perlu untuk mengoptimalkan kembali kegiatan senam bersama sesuai kondisi dan *shift* jam kerja masing-masing lembaga dengan tetap menerapkan protokol kesehatan, yaitu minimal kepada para peserta senam bersama untuk:
  - a. diukur suhu badannya sebelum mengikuti senam bersama oleh petugas yang ditunjuk;
  - b. menggunakan masker;
  - c. menerapkan *physical distancing*.

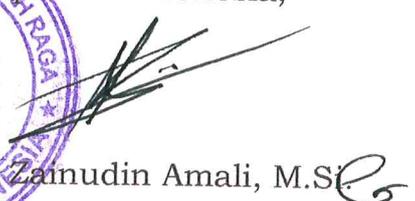
4. Tujuan optimalisasi kegiatan senam bersama ini merupakan salah satu bagian dari pelaksanaan Instruksi Presiden No. 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.

Sehubungan dengan hal tersebut di atas, kami menyampaikan himbauan kepada Saudara untuk menggiatkan kembali kegiatan senam bersama terus di lingkungan kerja masing-masing mengingat sangat banyak manfaatnya.

Demikian himbauan ini disampaikan. Atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan ucapan terima kasih.



Menteri Pemuda dan Olahraga  
Republik Indonesia,

Dr. H. Zainudin Amali, M.Sc. 

Tembusan Yth:

1. Bapak Presiden Republik Indonesia;
2. Bapak Wakil Presiden Republik Indonesia.