



**BUPATI MAJALENGKA  
PROVINSI JAWA BARAT**

**KEPUTUSAN BUPATI MAJALENGKA  
NOMOR 426/Kep.493-Dispora/2020**

**TENTANG**

**PENETAPAN SENAM RAHARJA SEBAGAI MEDIA DAN IDENTITAS OLAHRAGA  
DI KABUPATEN MAJALENGKA**

**BUPATI MAJALENGKA,**

- Menimbang** : a. bahwa dalam rangka pembinaan dan pengembangan keolahragaan nasional yang dapat menjamin pemerataan akses terhadap olahraga yang dapat mengembangkan kesadaran masyarakat dalam meningkatkan kesehatan, kebugaran, kegembiraan, dan hubungan sosial dalam mewujudkan masyarakat yang religius, adil, harmonis dan sejahtera.
- b. bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud dalam huruf a, dan dalam rangka melaksanakan ketentuan Pasal 21 Ayat (1) dan Pasal 22 Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 03 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional maka perlu menetapkan Senam Raharja Sebagai Media dan Identitas Olahraga di Kabupaten Majalengka yang ditetapkan dengan Keputusan Bupati.
- Mengingat** : 1. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 1950 tentang Pembentukan Daerah Kabupaten Dalam Lingkungan Propinsi Djawa Barat (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 1950) sebagaimana telah diubah dengan Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1968 tentang Pembentukan Daerah Kabupaten Dalam Lingkungan Propinsi Djawa Barat (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1968 Nomor 31, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 2851);
2. Undang – Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2005 Nomor 89, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4578);

3. Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2014 tentang Pemerintahan Daerah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 244, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5587) sebagaimana telah beberapa kali diubah terakhir dengan Undang-Undang Nomor 9 Tahun 2015 tentang Perubahan Kedua Atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2014 tentang Pemerintahan Daerah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2015 Nomor 58, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5679);
4. Undang-Undang Nomor 30 Tahun 2014 tentang Administrasi Pemerintahan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 292, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5601);
5. Peraturan Pemerintah Nomor 16 Tahun 2007 tentang Penyelenggaraan Keolahragaan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2007 Nomor 35, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4702);
6. Peraturan Pemerintah Nomor 18 Tahun 2007 tentang Pendanaan Keolahragaan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2007 Nomor 37, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4704);
7. Peraturan Pemerintah Nomor 38 Tahun 2007 tentang Pembagian Urusan Pemerintahan Antara Pemerintah, Pemerintahan Daerah Provinsi dan Pemerintah Daerah Kabupaten/Kota (Lembaran negara Republik Indonesia Tahun 2007 Nomor 82, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4737);
8. Peraturan Pemerintah Nomor 12 Tahun 2017 tentang Pembinaan dan Pengawasan Penyelenggaraan Pemerintah Daerah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2017 Nomor 73, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6041);
9. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 13 Tahun 2006 tentang Pedoman Pengelolaan Keuangan Daerah sebagaimana telah beberapa kali diubah terakhir dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 21 Tahun 2011 tentang Perubahan kedua atas Peraturan Menteri Nomor 13 Tahun 2006 tentang Pedoman Pengelolaan Keuangan Daerah;
10. Peraturan Daerah Kabupaten Majalengka Nomor 14 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Kabupaten Majalengka (Lembaran Daerah Kabupaten Majalengka Tahun 2016 Nomor 14) sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Daerah Kabupaten Majalengka Nomor 12 Tahun 2019 tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Kabupaten Majalengka Nomor 14 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Kabupaten Majalengka (Lembaran Daerah Kabupaten Majalengka Tahun 2019 Nomor 12).


## MEMUTUSKAN :

Menetapkan :

- KESATU** : Senam Raharja sebagai media aktivitas olahraga masyarakat di Kabupaten Majalengka yang hak cipta dan pengembangannya menjadi tanggungjawab Pemerintah Kabupaten Majalengka melalui Dinas Pemuda dan Olahraga Kabupaten Majalengka.
- KEDUA** : Senam Raharja sebagaimana dimaksud dalam Diktum KESATU memiliki latar belakang, fungsi dan makna filosofis dengan rincian sebagaimana tercantum dalam Lampiran Keputusan ini.
- KETIGA** : Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dengan ketentuan apabila dikemudian hari ternyata terdapat kekeliruan didalamnya akan diadakan perubahan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di Majalengka  
pada tanggal 2 Juli 2020

BUPATI MAJALENGKA,

  
KARNA SOBAHI

LAMPIRAN : KEPUTUSAN BUPATI MAJALENGKA  
 NOMOR : 426/Kep.493-Dispورا/2020  
 TANGGAL : 2 Juli 2020  
 TENTANG : PENETAPAN SENAM RAHARJA SEBAGAI  
 MEDIA DAN IDENTITAS OLAHRAGA DI  
 KABUPATEN MAJALENGKA

## 1. LATAR BELAKANG DICIPTAKANNYA SENAM RAHARJA

Senam Raharja lahir didorong kebangkitan semangat untuk memasyarakatkan olah raga dan mengolahragakan masyarakat, serta jargon yang sudah melekat di masyarakat, yaitu “tiada hari tanpa olah raga”. Karena itu timbul keinginan besar untuk dapat menyajikan suatu cara dalam meningkatkan dan memelihara kebugaran jasmani dengan menyusun rangkaian gerak senam yang diberi nama Senam Sehat Raharja.

Senam Raharja ini diharapkan menjadi pelengkap dari latihan olah raga senam yang telah ada sebelumnya dan biasa dilakukan oleh masyarakat. Jenis senam ini diciptakan sedemikian rupa dan disesuaikan dengan situasi dan kondisi kebanyakan masyarakat yang sibuk dan mempunyai keterbatasan waktu untuk berolahraga dan setiap gerak mengandung makna filosofi.

Penciptaan Senam Raharja relevan dengan kebijakan Pemerintah saat ini yang ingin menjadikan olahraga sebagai budaya dan gaya hidup sehat (*lifestyle*). Oleh karena itu, Senam Raharja harus menjadi media strategis dalam upaya menunjang keinginan Pemerintah menjadikan aktivitas berolahraga sebagai suatu kebiasaan bagi masyarakatnya, sehingga dapat menunjang pada meningkatnya derajat kesehatan dan *Sport Development Indeks* (SDI) serta Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Kabupaten Majalengka.

## 2. FUNGSI SENAM RAHARJA

- a. Menjadi wadah olahraga rekreasi untuk mendukung pelaksanaan operasional kebijakan dalam pembinaan olahraga Nasional yang berangkat dari pra kondisi sosial, budaya dan unsur penunjang yang berkembang di Kabupaten Majalengka.
- b. Menjadi sumber energi baru bagi masyarakat Kabupaten Majalengka untuk terus memelihara komitmen tiada hari tanpa olahraga; “Majalengka Bergerak, Berkeringat dan Sehat”

## 3. MAKNA FILOSOFIS DAN INTI SARI GERAKAN SENAM RAHARJA

### a. Gerakan Pemanasan

- Diawali gerakan pernapasan dan salam hormat.  
Makna filosofisnya, “segala sesuatu harus diawali dengan pengaturan sempurna dan salam silaturahmi”.
- Gerakan kepala, bahu dan gerakan lanjutan yang lain.  
Makna filosofisnya, “meningkatkan suhu tubuh sehingga siap untuk melaksanakan Senam Raharja”.

- Gerakan ..... 5

- Gerakan meregangkan bagian lengan, pinggang, bahu. Kemudian saat badan diangkat, posisi dua tangan berada di sekitar perut (sidakep) seperti gerakan shalat.  
Makna filosofisnya, “warga Majalengka adalah warga yang religius, agamis”.
- Gerakan meregangkan bagian lengan dengan meluruskan dua lengan ke samping seperti rentangan sayap pesawat terbang.  
Makna filosofisnya, “Majalengka menyongsong kemajuan dengan hadirnya Bandara Internasional Jawa Barat di Kertajati yang megah”.
- Gerakan meregangkan otot leher dengan menundukan kepala ke depan dengan posisi seperti sikap (sideku).  
Makna filosofisnya, “masyarakat Kabupaten Majalengka mempunyai watak yang selalu rendah hati dan selalu tawakal kepada Allah SWT”.
- Gerakan meregangkan lengan ke belakang seperti selfi dengan pandangan menatap ke ujung jari tangan.  
Makna filosofisnya, “warga Kabupaten Majalengka senantiasa menatap masa depan dengan penuh optimisme”.
- Gerakan dua tangan mengepal ke depan, dengan meneriakkan “RAHARJA”.  
Makna filosofisnya, “sebagai gambaran bahwa masyarakat Kabupaten Majalengka yang memiliki semangat juara”.

b. Gerakan Inti

- i. Dua lengan diangkat ke atas sambil mengepal.  
Makna filosofisnya, “menggambarkan semangat warga Majalengka untuk mewujudkan Majalengka Raharja”.
- ii. Mendorong dua lengan sambil mengangkatnya ke depan dengan kedua tangan mengepal dan lutut diangkat.  
Makna filosofisnya, “menggambarkan semangat warga Majalengka yang maju ke depan dengan penuh keyakinan”.
- iii. Gerakan ke samping dengan tangan seperti menebas.  
Makna filosofisnya. “warga Majalengka yang berusaha ingin maju dengan menebas atau menyingkirkan hal-hal negatif”.
- iv. 4, 5, 6 Dominan gerakan yang mengadopsi budaya masyarakat Majalengka “Yang Nyunda” dengan menampilkan gerakan – gerakan silat.  
Makna filosofisnya, “warga Majalengka selalu menjaga dan memelihara budaya Sunda walaupun di tengah – tengah merebaknya budaya asing”.
- v. 7, 8 Gerakan atraktif melompat dan berlari.  
Makna filosofisnya, “bahwa warga Majalengka sehat jasmani dan rohani dengan mampu melompat dan berlari untuk segera mewujudkan cita – cita Majalengka Religius Adil Harmonis dan Sejahtera (RAHARJA).

c. Gerakan Pendinginan ..... 6

c. Gerakan Pendinginan

Mengembalikan kondisi tubuh ke kondisi semula dengan gerakan yang lembut dan perlahan dengan iringan lagu Majalengka Raharja.

BUPATI MAJALENGKA



KARNA SOBAHI