

# XPOS

## Jaga Stamina, Polres Pasuruan Kota Ajak PPK Olah Raga Ringan Sebelum Bertugas

Achmad Sarjono - [KOTAPASURUAN.XPOS.CO.ID](http://KOTAPASURUAN.XPOS.CO.ID)

Feb 22, 2024 - 15:55



KOTA PASURUAN – Di tengah menjalani proses rekapitulasi Pemilu 2024 tingkat kecamatan, anggota Polres Pasuruan Kota dan petugas Panitia Pemilihan Kecamatan (PPK) Gadingrejo memprioritaskan kesehatan dengan melaksanakan stretching dan olahraga pagi secara rutin.

Meskipun sibuk dengan tugas-tugas rekapitulasi, mereka menyadari pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental.

Kapolsek Gading AKP Miftahul menekankan, setiap pagi sebelum memulai tugas, anggota Polres Pasuruan Kota dan petugas PPK Kecamatan Gadingrejo

berkumpul untuk melakukan sesi stretching dan olahraga ringan.

“Kegiatan ini bertujuan untuk mengendurkan otot-otot yang tegang dan meningkatkan konsentrasi serta energi untuk menghadapi hari yang penuh tantangan selama masa pemilu 2024 belum selesai,” ujar AKP Miftahul, Kamis (22/2).

Sementara itu Camat Gadingrejo Imron Rosadi SE MSi juga menyampaikan pentingnya menjaga keseimbangan antara beban kerja dan kesehatan tubuh.

“Kami mengapresiasi inisiatif anggota Polres dan petugas PPK dalam menjaga kesehatan melalui olahraga pagi, yang dapat meningkatkan produktivitas dan kinerja mereka dalam menjalankan tugas-tugas rekapitulasi Pemilu,” Ucap Camat Gading.

Menurutnya banyak manfaat positif dari rutinitas olahraga pagi dalam menjaga kesehatan mental dan fisik.

“Kita akan merasa lebih segar dan siap menghadapi setiap tantangan yang ada selama proses rekapitulasi.” tambah Imron Rosadi.

Melalui kegiatan stretching dan olahraga pagi ini, anggota Polres Pasuruan Kota dan petugas PPK Kecamatan Gadingrejo tidak hanya menjaga kesehatan mereka sendiri, tetapi juga membangun solidaritas dan semangat tim yang kuat.

Semangat dan komitmen mereka dalam menjaga kesehatan menjadi contoh bagi yang lain dalam menjalani tugas-tugas yang menuntut selama proses demokrasi.  
(\* )