



# Jaga Imunitas Tubuh, Rutan Purbalingga Rutin Gelar Senam Pagi bagi WBP

Ari Setiawan - [PURBALINGGA.JMN.OR.ID](http://PURBALINGGA.JMN.OR.ID)

Feb 6, 2024 - 13:23



*Jaga Imunitas Tubuh, Rutan Purbalingga Rutin Gelar Senam Pagi bagi WBP*

Demi menjaga kebugaran jasmani warga binaannya, Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Purbalingga rutin menggelar senam pagi. Kegiatan tersebut dilaksanakan di halaman blok apel rutan Purbalingga.

Kegiatan senam pagi ini diikuti seluruh warga binaan rutan purbalingga dan dipandu langsung oleh staf pelayanan tahanan serta regu pengamanan pagi yang menjaga kondusifnya kegiatan.

Kepala Rutan Purbalingga, Bluri Wijaksono melalui Kepala Sub Sie Pelayanan Tahanan (Doni Kristianto) memberikan penjelasan bahwa senam pagi merupakan salah satu bentuk program pembinaan fisik dan jasmani kepada warga binaan dan wajib diikuti seluruh warga binaan rutan purbalingga.

"Harapan dari senam pagi ini adalah dapat meningkatkan pelayanan bagi warga binaan dalam bidang kesehatan agar tetap menjaga pola hidup sehat sehingga mereka dapat melaksanakan pembinaan di dalam rutan purbalingga dengan baik," tuturnya.

Doni Kristianto juga menambahkan bahwa kegiatan-kegiatan positif dari rutan ini, salah satunya senam pagi dapat bermanfaat bagi warga binaan selain untuk kesehatan juga memberikan semangat dan menghilangkan rasa jenuh. Dengan demikian kesehatan merekapun terjaga selama menjalani masa pidana.

"Ini berdampak baik pada kesehatan mereka secara keseluruhan dan membawa energi positif, membantu mencegah berbagai penyakit. Dan juga melalui senam ini rasa kekeluargaan diantara para warga binaan dan pegawai rutan purbalingga semakin terbangun," ungkapnya.