

## Tingkatkan Kualitas Hidup, Anggota Kodim Tulungagung Laksanakan Pengecekan Rutin Program Prolanis

Achmad Sarjono - [TULUNGAGUNG.SIBERINDO.ID](http://TULUNGAGUNG.SIBERINDO.ID)

Jan 22, 2025 - 16:17



TULUNGAGUNG - Anggota Kodim 0807 Tulungagung baik militer maupun PNS yang terdaftar Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) melaksanakan kegiatan pengecekan rutin dan senam bersama di Poliklinik Kesehatan (Polkes) 05.09.09 Tulungagung Jl. Pangeran Antasari No 25 Kampungdalem, Kecamatan Tulungagung, Kabupaten Tulungagung, Jawa Timur, Rabu (22/01/2025).

Kegiatan Prolanis yang rutin dilaksanakan ini bertujuan untuk membantu para pasien dengan penyakit kronis meningkatkan kualitas hidup mereka serta mencegah terjadinya komplikasi yang dapat membahayakan kesehatan. Dalam kegiatan ini, peserta mendapatkan layanan pengecekan kesehatan seperti tekanan darah, gula darah, dan pemeriksaan lain yang relevan. Selain itu, senam bersama menjadi salah satu aktivitas unggulan untuk mendukung kebugaran fisik dan mental.

Senam yang dilakukan secara rutin memiliki berbagai manfaat bagi kesehatan tubuh, terutama bagi pasien dengan kondisi kronis. Aktivitas fisik ini membantu meningkatkan sirkulasi darah, menjaga fleksibilitas sendi, serta memperkuat otot. Di sisi lain, pengecekan kesehatan secara berkala memberikan manfaat berupa deteksi dini terhadap perkembangan penyakit dan memastikan pengelolaan kondisi pasien tetap terkendali.

Ps. Pasipers Kodim 0807 Tulungagung, Lettu Inf Taufik menyampaikan pentingnya partisipasi aktif anggota dalam Prolanis. "Melalui kegiatan seperti senam dan pengecekan kesehatan rutin, kita dapat memastikan kesehatan para anggota tetap terjaga, sehingga mereka dapat menjalankan tugas dengan optimal. Program ini juga menjadi wujud perhatian nyata terhadap kesejahteraan keluarga besar Kodim 0807 Tulungagung," ujarnya.

Program Prolanis ini diharapkan terus menjadi bagian dari upaya Kodim 0807 Tulungagung dalam meningkatkan kualitas hidup anggota militer dan PNS yang terlibat. Dengan dukungan fasilitas yang memadai dan kesadaran yang tinggi dari para peserta, manfaat kesehatan yang diraih diharapkan dapat semakin optimal.  
(\* )