

PEMERIKSAAN KEBUGARAN PETUGAS PUSKESMAS DLINGO 1



Pada tanggal 16 – 17 September 2022, Puskesmas Dlingo 1 telah melaksanakan pemeriksaan kebugaran bersama di Lapangan Dwilomba dengan petugas puskesmas sebanyak 42 orang. Kegiatan dimulai dengan pendataan peserta dan pengisian lembar *informed consent* masing-masing peserta.

Adapun serangkaian pemeriksaan kebugaran petugas yang dilakukan adalah sebagai berikut :

1. Cek Tinggi Badan
2. Cek Berat Badan
3. Cek Tekanan Darah Sebelum Lari
4. Cek Tekanan Darah Setelah Lari
5. Lari Sejauh 1600m

Hasil pemeriksaan kebugaran peserta diharapkan bisa menjadikan awal sebuah kebiasaan petugas Puskesmas Dlingo 1 dalam melakukan kegiatan kebugaran dan pemeriksaan secara berkala minimal 6 bulan sekali.