

PELATIHAN PENYUSUNAN PROGRAM PENURUNAN BERAT BADAN BAGI ANGGOTA POLRI POLDA DIY

Oleh: Ahmad Nasrulloh dkk

ABSTRAK

Abstrak

Pada saat ini bentuk tubuh ideal khususnya anggota Kepolisian Republik Indonesia baru menjadi perhatian yang serius di berbagai media baik cetak maupun elektronik. Hal ini dikarenakan polisi mempunyai fungsi sebagai penegak hukum dalam menjamin sistem pertahanan dan keamanan nasional. Jadi tidak dapat dipungkiri bahwa seorang anggota polisi idealnya harus memiliki postur tubuh yang ideal, karena dengan postur tubuh ideal seorang polisi akan terlihat lebih berwibawa. Fenomena tersebut menjadi dasar bagi kami untuk melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat kepada tentang Pelatihan Penyusunan Program Latihan Penurunan Berat Badan bagi anggota Polri khususnya di POLDA DIY.

Program PPM dengan tema Pelatihan Penyusunan Program Penurunan Berat Badan Bagi Anggota Polri Polda DIY bertujuan mengenalkan program latihan penurunan berat badan kepada anggota Polri Polda DIY yang memiliki berat badan berlebih sehingga harapannya setelah ada pelatihan ini setiap peserta dapat menyusun dan menerapkan program latihan ini.

Hasil kegiatan dalam mengimplementasikan program latihan penurunan berat badan baik secara teori maupun praktik ini mendapatkan apresiasi yang tinggi dari POLDA DIY maupun peserta yang ditandai dengan antusiasme dan semangat peserta dalam mengikuti pelatihan yang diberikan dari awal sampai akhir kegiatan. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan seluruh anggota POLDA DIY yang memiliki berat badan berlebih mampu menyusun dan melaksanakan program latihan penurunan berat badan yang aman sehingga dapat bermanfaat bagi dirinya sendiri dan anggota lain.

Kata Kunci: *program penurunan berat badan, anggota Polri*