

## Sebanyak 300 CJH Bukittinggi 2024 Ikuti Pembinaan Kebugaran

Linda Sari - [BUKITTINGGI.XPRESS.CO.ID](http://BUKITTINGGI.XPRESS.CO.ID)

Feb 23, 2024 - 20:14



*Sebanyak 300 CJH Bukittinggi 2024 Ikuti Pembinaan Kebugaran*

Bukittinggi- Sebanyak 300 lebih Calon Jamaah Haji (CJH) Kota Bukittinggi ikuti pembinaan kebugaran yang digelar oleh Dinas Kesehatan Kota di Lapangan Ateh Ngarai, Jumat, (23/02).

Wali Kota Bukittinggi, melalui Staf Ahli Wali Kota, Johnny, menyampaikan, pembinaan kesehatan merupakan upaya pembinaan yang dilakukan kepada perorangan atau kelompok calon jamaah haji, secara paripurna pada semua tahap penyelenggaraan ibadah haji.

Kegiatan ini dilakukan sejak calon jamaah haji mendaftar sampai kembali ke tanah air.

"Pembinaan kesehatan jamaah haji di tanah air berawal dari tingkat puskesmas setelah dilakukan pemeriksaan kesehatan pertama baik bagi jamaah haji yang sehat maupun jamaah haji yang beresiko tir setelah dilakukan pemeriksaan rujuk

"Pembinaan kesehatan jamaah haji di tanah air berawal dari tingkat puskesmas setelah dilakukan pemeriksaan kesehatan pertama baik bagi jamaah haji yang sehat maupun jamaah haji yang beresiko tinggi setelah dilakukan pemeriksaan rujukan. Semoga jamaah kita diberikan kesehatan dan kekuatan oleh Allah dalam menjalankan ibadah haji nanti. Aamiin," ungkapnya.

Kepala Dinas Kesehatan Bukittinggi, Linda Faroza, didampingi Kabid Kesmas, Riyani dan pemegang program kesehatan olah raga, Zulferi, menambahkan, salah satu pembinaan kesehatan yang dilakukan oleh Pemko Bukittinggi, dengan pembinaan kebugaran jasmani. Ini merupakan salah satu bagian dari sistem pembinaan kesehatan jamaah haji di puskesmas. Pengukuran kebugaran Calon Jamaah Haji ini ditujukan untuk menentukan program latihan yang sesuai porsi atau kondisi fisik masing-masing CJH.

"Untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran para Calon Jamaah Haji Kota Bukittinggi, pada hari ini, kita dari Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi melakukan kegiatan pengukuran kebugaran yang diikuti oleh segenap Calon Jamaah Haji Kota Bukittinggi Tahun 2024 kurang lebih sebanyak 334 orang jamaah. Sehingga setiap Calon Jamaah Haji (CJH) yang mengikuti Pengukuran Kebugaran hari ini akan mengetahui kondisi tubuhnya, apakah tingkat kebugarannya dalam kategori baik, cukup, atau kurang. Berdasarkan hasil kondisi tersebut, tim dokter akan memberikan rekomendasi latihan fisik yang sesuai untuk masing- masing Calon Jamaah Haji," jelasnya.

Kepala Kantor Kemenag Bukittinggi, Eri Iswandi, menyampaikan, kegiatan ini penting dilakukan karena ibadah haji merupakan salah satu ibadah fisik yang memerlukan waktu cukup lama dan di laksanakan di luar negeri yang memiliki kondisi lingkungan yang berbeda dengan negara Indonesia, sehingga memerlukan kondisi tubuh yang bugar.

"Untuk mendapatkan kondisi tubuh yang bugar, Calon Jamaah Haji (CJH) harus mempersiapkannya jauh-jauh hari dengan cara berlatih fisik atau berolahraga. Selain itu, kami juga himbau pada jamaah regular dan cadangan, untuk segera melakukan pelunasan pada hari ini," ungkapnya.(\*\*).