

# MAGAZINE

## Kembalikan Kondisi Psikologis Pasca Ops Ketupat Semeru 2022, Anggota Polres Tuban Lakukan Terapi EFT dan Brayn Gym

Achmad Sarjono - [TUBAN.MAGZ.CO.ID](http://TUBAN.MAGZ.CO.ID)

May 25, 2022 - 00:39



TUBAN - Dalam rangka meresh kembali kondisi psikologis personel pasca pelaksanaan operasi Ketupat Semeru 2022, Polres Tuban melaksanakan Terapi Emotional Freedom Techniques (EFT) dan Brayn Gym untuk menyeimbangkan dan mensinergikan tekanan emosional kepada anggota, kegiatan yang dilaksanakan di halaman belakang Mako Polres Tuban usai pelaksanaan apel

pagi.

“Pelaksanaan Terapi EFT dan Brayn Gym ini dimaksudkan untuk menguatkan kejiwaan dan menstabilkan mentalitas terutama bagi anggota Polres Tuban yang selesai melaksanakan kegiatan pengamanan pada operasi ketupat semeru 2022, dengan melakukan kegiatan ini diharapkan produktifitas dalam tugas akan meningkat,” ucap Kabag SDM Kopol Musa.

Seperti yang terlihat pada Selasa (24/05/2022) pagi tadi, Usai pelaksanaan apel pagi seluruh personel Polres Tuban melaksanakan kegiatan terapi eft dan brayn gym dengan sangat antusias.

Kegiatan dilakukan rutin agar anggota sehat dan dapat melaksanakan tugas-tugas kepolisian dengan baik dan penuh kegembiraan, selain itu anggota Polres Tuban juga diberikan motivasi dari konselor untuk mensinergikan otak kanan dan otak kiri supaya tidak gampang lupa(dimensia).

Ditempat terpisah, Kapolres Tuban AKBP Darman, S.I.K, menyebut kegiatan tersebut merupakan kegiatan yang sangat bagus dalam mendukung tugas dan sebagai bentuk perhatian dari dinas kepada anggota.

Dalam meningkatkan daya tahan tubuh dan mengurangi tingkat kejenuhan agar anggota dalam melaksanakan tugas dilapangan berjalan dengan lancar.

“Diharapkan pelaksanaan terapi eft dan brayn gym dilakukan secara rutin agar dapat meningkatkan imun tubuh personel dan mengurangi kejenuhan pada anggota, sehingga tetap sehat dan selalu semangat dalam melaksanakan tugasnya,” ujar Kapolres Tuban.