

JENDERAL SANTRI

Latihan Rutin Nitroku Runners Pupuk Kujang Tingkatkan Kebugaran dan Semangat Hidup Sehat Karyawan

Hrtanz_ - CAMPAKA1.JENDERALSANTRI.COM

Jul 16, 2026 - 16:41



Serda Tatan Hartanto, memberikan materi Senam PNF (Proprioceptive Neuromuscular Facilitation) kepada peserta Nitroku Runners PT. Pupuk Kujang untuk meningkatkan kelenturan, mobilitas, dan mengurangi risiko cedera sebagai bagian dari latihan rutin.

Karawang, 15 Juli 2026 – PT. Pupuk Kujang kembali menggelar Latihan Rutin Nitroku Runners sebagai kegiatan pembinaan kebugaran jasmani bagi karyawan.

Kegiatan yang dilaksanakan pada Rabu (15/07/2026) di Basketball Courts PT. Pupuk Kujang, Desa Dawuan, Kecamatan Cikampek, Kabupaten Karawang, Jawa Barat ini merupakan agenda rutin mingguan yang diselenggarakan setiap hari Rabu.

Latihan rutin tersebut bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani, daya tahan tubuh, dan kesehatan karyawan melalui program latihan lari yang terarah dan berkesinambungan. Selain menjaga kondisi fisik, kegiatan ini juga menjadi sarana membangun disiplin, menumbuhkan semangat berolahraga, mempererat kebersamaan antar karyawan, serta mendorong terciptanya gaya hidup sehat yang berdampak positif terhadap produktivitas dan kinerja di lingkungan kerja.

Pelaksanaan latihan dipandu oleh Babinsa Koramil 1904/Campaka Kodim 0619/Purwakarta, Serda Tatan Hartanto, yang memberikan materi latihan sesuai prinsip pembinaan fisik yang aman, efektif, dan menyenangkan.

Serda Tatan Hartanto mengatakan, *"Latihan bukan hanya untuk meningkatkan kemampuan fisik, tetapi juga membentuk karakter yang disiplin, konsisten, dan pantang menyerah. Saya berharap Nitroku Runners terus menjadi inspirasi bagi seluruh karyawan untuk menjadikan olahraga sebagai bagian dari gaya hidup sehat."*

Direktur Utama PT. Pupuk Kujang, Bapak Panji Winantea Ruky, menyampaikan, *"Kami sangat mengapresiasi kegiatan rutin Nitroku Runners karena kesehatan karyawan merupakan salah satu aset penting perusahaan. Dengan tubuh yang sehat, semangat kerja meningkat sehingga mampu memberikan kinerja terbaik bagi perusahaan."*

Kapten Nitroku Runners, Bapak Endang Heryanto, menuturkan, *"Kegiatan ini bukan sekadar latihan lari, tetapi menjadi wadah untuk membangun kebersamaan, saling memotivasi, dan menumbuhkan semangat hidup sehat di lingkungan PT. Pupuk Kujang."*

Danramil 1904/Campaka, Kapt. Arm. Deny Kristian, menyampaikan, *"Kami mendukung penuh kegiatan positif seperti ini karena olahraga merupakan salah satu cara efektif untuk menjaga kesehatan, meningkatkan disiplin, dan memperkuat semangat kebersamaan."*

Komandan Kodim 0619/Purwakarta, Letkol Arh Fredy Jaguar, S.Sos., M.I.P., mengatakan, *"Sinergi antara TNI dan berbagai instansi dalam kegiatan pembinaan kebugaran merupakan langkah positif untuk membangun sumber daya manusia yang sehat, tangguh, dan produktif."*

Komandan Korem 063/Sunan Gunung Jati, Kolonel Inf. Hista Soleh Harahap, S.I.P., M.I.P., M.Han., menyampaikan, *"Budaya hidup sehat harus terus ditanamkan di setiap lingkungan kerja. Melalui olahraga yang dilakukan secara rutin, akan lahir pribadi-pribadi yang kuat, disiplin, serta memiliki semangat pengabdian yang tinggi."*

Panglima Kodam III/Siliwangi, Mayor Jenderal TNI Kosasih, S.E., M.M., menegaskan, *"Kesehatan merupakan modal utama dalam bekerja dan mengabdikan. Jadikan olahraga sebagai kebutuhan, bukan sekadar kegiatan, sehingga mampu melahirkan insan yang sehat, tangguh, dan siap menghadapi setiap tantangan."*

Melalui kegiatan ini diharapkan seluruh peserta semakin termotivasi untuk terus berolahraga secara konsisten. Setiap langkah yang dilakukan hari ini merupakan investasi untuk kesehatan di masa depan. Dengan tubuh yang sehat, semangat yang kuat, dan kebersamaan yang terjaga, produktivitas serta kualitas kerja akan semakin meningkat.(PERS)