

JAGA KESEHATAN DI MUSIM HUJAN, RUTAN KUDUS GELAR SENAM BAGI WBP

David Fernanda Putra - KUDUS.WARTAWAN.ORG

Jan 28, 2026 - 16:12



JAGA KESEHATAN DI MUSIM HUJAN, RUTAN KUDUS GELAR SENAM BAGI WBP

Rabu, (28/1) Rutan Kelas IIB Kudus (Rutan Kudus) secara konsisten melaksanakan kegiatan senam bagi Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) sebagai bagian dari program pembinaan dan pelayanan kesehatan. Kegiatan ini dilaksanakan setiap hari Rabu dan Sabtu pagi.

Kegiatan senam bertujuan menjaga kebugaran fisik dan kesehatan mental WBP

selama menjalani masa pidana. Selain itu, aktivitas olahraga ini juga menjadi sarana pembinaan kepribadian agar WBP tetap disiplin, produktif, serta memiliki semangat positif dalam menjalani proses pembinaan di dalam rutan.

Pelaksanaan senam dipandu oleh petugas, diawali dengan pemanasan, dilanjutkan gerakan inti, hingga pendinginan. Seluruh WBP mengikuti kegiatan dengan tertib dan penuh antusias, serta tetap mematuhi aturan keamanan dan ketertiban yang berlaku di lingkungan Rutan Kudus.

Kasubsi Pelayanan Tahanan Rutan Kudus, Abdul Aziis Sinung Wibowo, menegaskan bahwa senam rutin merupakan bentuk pelayanan dasar kepada WBP.

“Senam rutin ini kami laksanakan setiap hari Rabu dan Sabtu sebagai wujud perhatian kami terhadap kesehatan WBP. Dengan kondisi tubuh yang sehat, mereka dapat mengikuti seluruh program pembinaan dengan lebih optimal dan tetap memiliki semangat positif selama berada di rutan,” jelas Abdul Aziis Sinung Wibowo.

Ia menambahkan bahwa kegiatan olahraga juga berperan dalam menjaga stabilitas mental serta menciptakan suasana rutan yang lebih kondusif dan humanis.

Melalui pelaksanaan senam rutin ini, Rutan Kudus berharap WBP senantiasa sehat, aktif, serta siap mengikuti setiap tahapan pembinaan sebagai bekal reintegrasi sosial saat kembali ke masyarakat.