

Awali Hari dengan Sehat, Rutan Wonosobo Segarkan Fisik Warga Binaan lewat Peregangan

Narsono Son - WONOSOBO.WARTAWAN.ORG

Jan 3, 2026 - 09:50



Awali Hari dengan Sehat, Rutan Wonosobo Segarkan Fisik Warga Binaan lewat Peregangan

WONOSOBO – Suasana di lapangan Rumah Tahanan Negara (Rutan) Kelas IIB Wonosobo tampak lebih hidup pada pagi ini. Seluruh Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) berkumpul untuk melaksanakan kegiatan peregangan (stretching) massal yang dipandu oleh para peserta magang. Agenda ini

didampingi langsung oleh jajaran struktural guna memastikan kegiatan berjalan tertib dan aman, Sabtu (03/01/2025).

Kegiatan ini tidak hanya sekadar mengolah tubuh, tetapi juga menjadi sarana penyegaran bagi warga binaan agar terhindar dari kejenuhan. Para peserta magang dengan cekatan memberikan instruksi gerakan mulai dari pemanasan hingga pendinginan yang diikuti secara serempak oleh seluruh peserta.



Kasubsi Pelayanan Tahanan, Slamet Widodo Suprapwanto, menegaskan bahwa pelibatan elemen mahasiswa atau peserta magang ini memberikan dampak psikologis positif bagi warga binaan karena menghadirkan suasana baru dalam keseharian mereka.



"Kami rutin memberikan ruang bagi peserta magang untuk berinteraksi langsung dengan warga binaan melalui kegiatan positif seperti stretching ini. Tujuannya jelas, yakni memastikan kebugaran fisik WBP tetap terjaga. Jika fisik mereka

sehat, maka mental mereka juga akan lebih siap dalam mengikuti seluruh tahapan pembinaan," ujarnya.

Senada dengan hal tersebut, Kepala Rutan Wonosobo, Wahyu Budi Heriyanto, memberikan apresiasi atas terlaksananya kegiatan ini. Beliau menekankan bahwa kesehatan adalah modal utama dalam proses reintegrasi sosial bagi para penghuni rutan.



"Kesehatan adalah fondasi utama dari seluruh program pembinaan. Melalui kegiatan rutin seperti ini, kami ingin memastikan bahwa hak-hak dasar warga binaan untuk mendapatkan akses kesehatan dan kebugaran terpenuhi dengan baik. Kami berharap semangat positif ini terus terjaga di lingkungan Rutan Wonosobo," ungkapnya.

Melalui sinergi antara petugas dan peserta magang, Rutan Wonosobo berkomitmen untuk terus menciptakan lingkungan yang kondusif dan sehat. Kegiatan ini ditutup dengan sesi pendinginan dan pemberian motivasi singkat, sebelum para warga binaan kembali ke blok hunian untuk melanjutkan agenda pembinaan rutin lainnya.

(Humas Rutan Wonosobo)