

# Senam Pagi Bersama Ibu - Ibu di Lapangan Banteng, Ida Fauziyah: Senam Meningkatkan Produktivitas Kerja

**Tomi Erizal - [JAKARTA.UPDATE.CO.ID](https://jakarta.updates.co.id)**

Mar 13, 2023 - 15:29



*Menaker Ida Fauziyah saat senam pagi di di Lapangan Banteng, Jakarta Pusat pada Minggu (12/3/2023).*

Jakarta - Menteri Ketenagakerjaan Ida Fauziyah mengikuti senam pagi bersama ibu-ibu di Lapangan Banteng, Jakarta Pusat pada Minggu (12/3/2023).

Senam yang berlangsung selama 1 jam ini dimulai sekitar pukul 06.30 WIB sampai dengan pukul 07.30 WIB.

"Alhamdulillah pagi ini saya kembali mengikuti senam bareng ibu-ibu. Bagi saya, senam itu penting karena banyak manfaatnya," kata Menaker.

Menaker lebih lanjut menyatakan bahwa dirinya sengaja aktif mengikuti senam karena terdapat hubungan antara senam dan produktivitas kerja.

Menurutnya, senam tidak hanya menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh, tetapi juga membuat kerja lebih fokus.

"Saya kira sudah menjadi pengetahuan umum, ya, bahwa olahraga apa pun, termasuk senam itu dapat meningkatkan produktivitas kerja, performa kerja," ucap Menaker.

Menaker menambahkan, Kementerian Ketenagakerjaan sendiri aktif mengkampanyekan senam pekerja sehat di perusahaan-perusahaan. Kegiatan tersebut merupakan bagian dari rangkaian program masifikasi Gerakan Pekerja Sehat (GPS).

"Tentunya kami berharap kegiatan senam pekerja menjadi budaya di tempat kerja. Kalau para pekerjanya sehat-sehat maka pada gilirannya produktivitas kerja pun meningkat," pungkasnya.