

## SIARAN PERS

### **Lebih Sehat dan Hemat: *Bike to Work* di Lingkar Industri IMIP**

*Morowali, 14 September 2026* – Kawasan Indonesia Morowali Industrial Park yang berpusat di Kecamatan Bahodopi, Morowali, Sulawesi Tengah menampilkan kolase kebiasaan baik para karyawan. Untuk menunjang produktivitas saat bekerja, sebagian dari mereka beralih menggowes sepeda sebagai sarana transportasi, sekaligus menjaga kelestarian alam.

Bagi sebagian orang, menjalani aktivitas berulang-ulang akan membuat merasa jenuh. Rutinitas produksi di kawasan IMIP yang terus bergulir 24 jam dan seminggu penuh kerap menimbulkan perasaan lelah dan tertekan dari para pekerja. Khususnya dari antara mereka yang bekerja dengan minim aktivitas fisik. Seperti yang dialami Kesya (27 tahun), seorang karyawan perempuan di Divisi Chemical Analyst, Departemen Testing Center PT Tsingjian Technology Research Indonesia (TTTRI), salah satu perusahaan di kawasan IMIP.

Dengan rutinitas kerja sebagai analis laboratorium, sebelumnya Kesya telah tiga tahun mengendarai sepeda motor ke tempat kerja. Kebosanan pun mulai dirasakan, baik saat di dalam laboratorium maupun sesudah kembali ke indekosnya di Bahomakmur, salah satu desa di lingkar industri IMIP.

“Saya awalnya cuma ingin memanfaatkan waktu untuk berolahraga, karena setiap hari kerja, kurang kegiatan fisik. Lalu saya terpikir, rasanya bagus ya, sebelum pergi kerja sambil berolahraga,” katanya, mengenang. Dari situlah, Kesya mulai menjalankan hobi bersepeda di sekitar Bahodopi pada akhir tahun 2024. Sebulan berselang, sejak awal 2025, dia memutuskan untuk mengayuh sepeda sebagai moda transportasi menuju tempat kerja (*bike to work*). Kesya makin terpantik untuk menggunakan sepeda ke tempat kerja saat ia berkunjung ke Kota Makassar, Sulawesi Selatan.

“Di Makassar banyak orang *bike to work*, jadi kayaknya seru (bersepeda). Mumpung lagi cuti di Makassar, jadi belilah sepeda di sana,” tutur gadis asal Kecamatan Mangkutana, Kabupaten Luwu Timur, Sulawesi Selatan ini. Setelah memiliki sepeda gunung idamannya, Kesya kini menjalani kebiasaan baru *bike to work* sekurangnya empat hari dalam seminggu, dengan mempertimbangkan kondisi cuaca dan fisik. Dia biasa berangkat dua jam sebelum jam masuk kerja, agar nyaman di jalan dan tidak terburu-buru. Dalam sekali perjalanan menuju terminal bus IMIP, Kesya rata-rata menghabiskan waktu 15–20 menit untuk menggowes. Setelah itu, dia menuju lokasi kerja memanfaatkan fasilitas armada bus perusahaan.

“Misalnya shift pagi saya masuk jam 7 pagi, pasti sudah berangkat jam 5 subuh. Saat masuk shift sore nanti saya berangkat jam 1 siang. Lalu, jika sif malam juga begitu, berangkat jam 9 untuk jadwal mulai kerja jam 11 malam,” tuturnya.

Kegiatan bersepeda lalu menginspirasi untuk membuat dan membagikan konten video blog (*vlog*). Konten *vlog*-nya pertama kali dipublikasi via TikTok pada Juni 2025, dan menyedot banyak penonton.

“Karena ternyata FYP (*for your page*/termasuk konten pilihan), ya lanjut. Dapat uang kan? Tiba-tiba motivasiku bertambah satu lagi, mengajak orang-orang lain di sini untuk naik sepeda,” urainya.

## Ubah Masalah Jadi Kebiasaan Baru

Serantai cerita dengan Kesya, Fikriyanto Rauf (26) mengaku, bersepeda awalnya bukan pilihan utama untuk pergi bekerja. Karyawan PT Guangchingde Metal Rolling (GCDMR), Departemen Rolling Stainless Steel (RSS) bagian Control Room itu justru mulai mengayuh setelah sepeda motornya berkali-kali mengalami kerusakan.

Motor yang telah diservis ternyata kembali bermasalah. Biaya perbaikan dan penggantian suku cadang bahkan mencapai lebih dari Rp3 juta. Fikri akhirnya memulangkan kendaraan tersebut ke kampung halamannya di Bolaang Mongondow, Sulawesi Utara. Dia lalu membeli sepeda seharga sekitar Rp2 juta. Sejak Maret 2026, sepeda kayuh menjadi bagian dari kebiasaan barunya berangkat kerja sambil berolahraga.

Pilihan tersebut semakin mantap ketika Fikri mempertimbangkan pengeluaran bahan bakar. Baginya, menggunakan sepeda berarti ada biaya perjalanan yang bisa ditekan dan dialihkan untuk kebutuhan lain atau ditabung. Perjalanan dengan sepeda juga membuatnya dapat menghindari kepadatan lalu lintas di sejumlah ruas jalan menuju lokasi kerjanya di kawasan industri terintegrasi berbasis mineral nikel tersebut.

“Kalau dipikir-pikir, karena harga premium naik, pakai motor mungkin akan lebih banyak pengeluaran. Maka saya coba mengirit-iritlah dengan naik sepeda,” katanya.

Kebiasaan bersepeda kemudian mempertemukannya dengan lingkungan sosial baru. Fikri bergabung dengan komunitas pesepeda di Bahodopi yang dinamai Dopi Bike. Komunitas ini menjadi ruang untuk berteman, bersepeda bersama, sekaligus saling membantu ketika sepeda mengalami masalah. Fikri sangat terbantu oleh solidaritas antaranggota yang kerap berkumpul untuk memperbaiki sepeda bersama-sama, seperti membetulkan rantai lepas dan mengganti ban.

Fikri dan Kesya merasakan manfaat *bike to work* untuk menjaga kebugaran dan produktivitas. Setelah lebih aktif bergerak, Kesya mengungkapkan berat badannya berangsur turun, lebih fit, dan tidak mudah mengantuk saat bekerja. Fikri juga lantas menjadikan bersepeda sebagai hobi lain di akhir pekan.

Menurut Kesya, bersepeda juga dapat mengurangi emisi kendaraan berbahan bakar fosil. Penggunaan sepeda pun berhasil mengurangi konsumsi bahan bakar untuk sepeda motornya. “Sekarang saya isi satu liter bensin untuk motor bisa dipakai sampai satu minggu, bahkan lebih. Jauh lebih hemat,” timpalnya.

Pada akhirnya, seperti perjalanan dengan sepeda, perubahan tak selalu dimulai dari sesuatu yang besar. Seperti ditunjukkan Kesya dan Fikri, konsistensi menjalani satu demi satu kayuhan berbuah manfaat dan kebiasaan baik.

“Bersepeda itu rasanya senang, coba saja. Dari situ kita bisa punya perubahan setiap hari. Minimal setiap tahun sebaiknya ada yang berubah lebih baik dari diri kita,” motivasi Kesya.(\*)

## Narahubung:

Dedy Kurniawan (Head of Media Department PT IMIP)

e-mail: [mediarelation@imip.co.id](mailto:mediarelation@imip.co.id)