



Berita Pers

Untuk diterbitkan segera

Sukses Jadi Pionir, Combiphar Lanjutkan Program Edukasi Lari Combi Run Academy 2019

Upaya nyata untuk membantu menciptakan generasi Indonesia yang lebih sehat

- ***Lari menjadi aktivitas fisik kekinian yang bermanfaat bagi para remaja***
- ***Sukses tahun lalu, Combi Run Academy 2019 gaet 15 SMA di area Jakarta dan sekitarnya***
- ***Wujud nyata komitmen Combiphar, Championing a Healthy Tomorrow, untuk mendukung terciptanya generasi Indonesia yang lebih sehat***

Jakarta, 29 Januari 2019 –Kembali menegaskan komitmen *Championing a Healthy Tomorrow*, **Combiphar**, perusahaan lokal *consumer healthcare* terdepan di Indonesia, kembali menghadirkan program edukasi lari **Combi Run Academy (CRA) 2019** guna membantu menciptakan generasi Indonesia yang lebih sehat. Digagas sejak 2018, penyelenggaraan kedua CRA tahun ini melibatkan siswa-siswi serta para guru dari 15 SMA di area Jakarta dan sekitarnya.

“Remaja yang positif secara pola pikir dan fisik berpotensi tumbuh menjadi individu dewasa yang sehat. Di Combiphar, kami percaya, untuk membantu menciptakan generasi Indonesia yang lebih sehat, dibutuhkan usaha sejak dini, sekecil apapun. Karenanya, pada tahun 2018, kami melahirkan Combi Run Academy untuk mengajak remaja Indonesia semakin membudayakan lari sebagai aktivitas fisik sederhana namun berdaya guna besar, untuk menunjang masa dewasa yang lebih sehat kelak,” ujar **B. Dewinta Hutagaol, Head of Corporate Communications & Community Development Combiphar**. Combi Run Academy merupakan bagian dari tanggung jawab sosial perusahaan yang merangkul dua bidang sekaligus: 1) ranah olahraga, salah satunya terealisasi dalam bentuk ajang lari tahunan **Combi Run**, dan 2) non-olahraga, yakni **Combi HOPE Healthy Living Education**.

Pentingnya aktivitas fisik bagi remaja semakin diperkuat dengan temuan UNICEF “Adolescence, A Time That Matters” (2002); mengungkap bahwa 70% dari seluruh kematian pada kalangan dewasa, antara lain akibat penyakit jantung dan paru-paru, dapat dicegah melalui penerapan gaya hidup sehat sejak usia muda¹.

“Selain tahun pertama kehidupan, usia remaja menjadi periode penting dalam masa tumbuh kembang manusia. Salah satu perkembangan paling signifikan terjadi pada *prefrontal cortex* di dalam otak yang berperan mematangkan kemampuan mengambil keputusan, mengembangkan kepribadian dan kemampuan bersosialisasi,” papar **Dr. Sandi Perutama Gani, Medical Expert dari Combiphar**. Perkembangan *prefrontal cortex* dipengaruhi hormon endorfin yang produksinya tak bisa lepas dari tiga elemen, yaitu gen Deleted in Colorectal Cancer (DCC), serta hormon dopamin dan hormon kortisol.

Sementara, untuk meningkatkan produksi hormon endorfin guna menunjang perkembangan *prefrontal cortex*, aktivitas fisik rutin menjadi kunci. “Lari menjadi salah satu kegiatan fisik yang direkomendasikan bagi

¹ [https://www.unicef.org/pub_adolescence_en\(1\).pdf](https://www.unicef.org/pub_adolescence_en(1).pdf)

remaja. Mudah dan bisa dilakukan oleh siapapun, di manapun dan kapanpun, lari teratur mampu menekan rasa gelisah dan depresi. Dari sisi manfaat fisik, lari juga meningkatkan kesehatan musculoskeletal, kebugaran kardiorespirasi, kesehatan jantung, mengurangi risiko kenaikan berat badan, dan membangun ketahanan tubuh untuk olah raga berdampak tinggi seperti bola basket dan sepak bola,” lanjut **Dr. Sandi**. Sebuah penelitian mengungkap bahwa berlari 30 menit secara rutin selama 5 hari dalam 3 pekan terbukti membantu remaja mendapatkan waktu tidur yang lebih berkualitas, dan membuat lebih fokus dalam meningkatkan pencapaian akademis².

Keunggulan lari bagi kalangan muda tersebut semakin meneguhkan tekad Combiphar menggagas Combi Run Academy. Pada penyelenggaraan kedua tahun ini, CRA 2019 melibatkan 15 sekolah menengah atas di area Jakarta dan sekitarnya. Sebagai inisiatif yang berkelanjutan, Combiphar telah menyusun program CRA secara terstruktur yang terbagi ke dalam tiga pilar besar: 1) **School Engagement** – kegiatan sosialisasi ke sekolah-sekolah mengenai edukasi pola hidup sehat dalam rangkaian kegiatan Combi Hope Healthy Living Education , 2) **School Training** – pelatihan intensif bagi para siswa mengenai teknik berlari secara menyeluruh, baik secara teori maupun praktik yang dikemas dalam acara *boot camp* menarik, dan 3) **School Competition** - tahap pengaplikasian teori dan *training* yang telah didapatkan; para siswa mengusung nama sekolah masing-masing untuk bersaing sportif dalam beberapa ajang lari terkemuka – dengan Combi Run 2019 menjadi ajang lari puncak bagi mereka.

“Menyasar pelajar, Combi Run Academy merupakan program unik yang menjadi pembeda dari Combiphar, yang bertujuan untuk melahirkan generasi muda yang sehat sekaligus berprestasi di bidang olahraga lari. Dalam menjalankan program ini, kami bermitra dengan komunitas lari terpercaya agar para peserta tak hanya mendapatkan teori dan teknik lari, tetapi juga dapat mempraktikkannya dengan tepat. Lebih lanjut, kami berharap, lewat CRA akan lahir bibit-bibit penggiat lari Indonesia yang berprestasi,” jelas **Dewinta**. Dalam pelaksanaan Combi Run Academy, Combiphar berkolaborasi dengan IndoRunners, komunitas independen penggemar lari terbesar di Indonesia.

“Kami senang bisa terlibat kembali dalam Combi Run Academy. Semakin bangga lagi menyadari bahwa kami dapat ikut memberikan kontribusi pada para remaja Indonesia untuk semakin membudayakan pola hidup sehat dan positif, baik fisik maupun mental, salah satunya berkat aktivitas lari. Semoga mereka bisa terus menerapkan lari sebagai kebiasaan, menularkannya kepada sesama dan generasi muda selanjutnya, serta membawanya menjadi bagian dari pola hidup mereka hingga dewasa nanti,” ungkap **Yasha Chatab, pendiri IndoRunners dan Program Director CRA 2019**.

Tak hanya berfokus pada siswa dan sekolah peserta CRA 2019, Combiphar juga mengukung kampanye digital #KejarSampeDapet untuk menyebarkan edukasi pentingnya aktivitas fisik, terutama lari, kepada generasi muda Indonesia. Combi Run Academy dan beberapa inisiatif keolahragaan lain seperti Combiphar Players Championship, Combiphar Tennis Open dan Combi Run, telah menjadi komitmen dan realisasi tanggung jawab sosial perusahaan yang akan terus dilanjutkan pada tahun-tahun mendatang.

#

² <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23174473>

Tentang Combiphar

Combiphar didirikan sejak tahun 1971 sebagai perusahaan farmasi yang berfokus pada empat sektor bisnis yang terdiri dari Combi Consumer, Combi Health, Combi Nutrition dan Combi Bio. Kini, Combiphar bertransformasi menjadi perusahaan lokal consumer healthcare terdepan di Indonesia yang bertumbuh cepat dengan memproduksi dan memasarkan lebih dari 80 produk berkualitas dan terjangkau diantaranya OBH Combi (obat batuk sirup), JointFit (gel pereda nyeri sendi), Prive Uricran (suplemen untuk infeksi kantung kemih), insto (obat tetes mata), Apta+ (susu nutrisi untuk dewasa) dan Hezandra (suplemen untuk menjaga fungsi hati).

Dengan fasilitas produksi berteknologi mutakhir serta prosedur operasi berstandar modern, pabrik Combiphar yang berlokasi di Padalarang, Jawa Barat, berhasil memperoleh sertifikasi internasional antara lain ISO 14001:2004 untuk pengelolaan lingkungan serta Therapeutic Goods Administration (TGA) dari Australia. Selain memiliki pabrik di Padalarang, aktifitas produksi Combiphar juga didukung oleh pabrik di Depok dan Kawasan Jababeka. Pada awal 2017 Combiphar juga memperluas bisnisnya ke pasar internasional melalui produk tetes mata unggulannya, Eye Mo di kawasan Asia Tenggara diantaranya Singapura, Malaysia dan Filipina.

Untuk informasi lebih lanjut, silakan kunjungi website www.combiphar.com serta akun media sosial Combiphar seperti Instagram, Facebook dan YouTube.

Kontak Combiphar:

Junior Norris Marpaung

External Communications Manager Combiphar

Junior.Marpaung@combiphar.com

0819 3345 2112

Tentang IndoRunners

IndoRunners merupakan komunitas penggemar olahraga lari independen terbesar Indonesia. Pada jejaring sosial media Instagram, Twitter dan Facebook, total jumlah anggota IndoRunners telah melebihi 70.000 pelari dari tingkat pemula hingga profesional, dan memiliki cabang dan afiliasi di lebih dari 60 kota seluruh Indonesia. Komunitas yang didirikan pada tahun 2009 ini senantiasa menyebarkan “virus lari” yang bertujuan untuk mempopulerkan olahraga lari sebagai olahraga yang menyenangkan, mudah dilakukan, serta menjadikannya sebagai bagian dari gaya hidup masyarakat Indonesia.

Kunjungi Instragram @IndoRunners atau <http://www.facebook.com/groups/MariLari.IndoRunners> untuk mendapatkan informasi lebih lengkap mengenai komunitas ini.

Kontak IndoRunners:

Yasha Chatab

yasha.chatab@gmail.com