

# Perwira Multitalenta: Menginspirasi di Luar Jam Kerja

Dalam dunia kerja yang terus bergerak cepat, ada individu yang mampu memegang lebih dari satu peran dengan luar biasa. Para Perwira di lingkungan PHI-Regional 3 Kalimantan adalah contoh nyata. Di luar jam kerja, mereka bukan lagi hanya orang-orang di balik meja kantor—mereka berubah menjadi pengajar, pelatih, dan pembagi ilmu yang penuh semangat. Rubrik Inspirasi *Energia Kalimantan* kali ini menghadirkan kisah inspiratif dari para Perwira multitalenta ini, yang terus menginspirasi dengan dedikasi dan *passion* tanpa batas.



**Azlika Nuraeny Oedi**  
Administrator Internal Audit Regional 3

## Zika: Menjaga kebugaran dan menyeimbangkan karier

Sudah hampir setahun ini Azlika Nuraeny Oedi, yang akrab disapa Zika, meraih sertifikasi instruktur olahraga *pound fit*. Perjalanannya meraih sertifikasi tersebut berawal dari kecintaannya terhadap olahraga ini. Ketika mulai rutin mengikuti kelas *pound fit*, Zika merasakan bahwa olahraga ini tidak hanya menantang, tetapi juga sangat menyenangkan.

Motivasi Zika untuk menjadi instruktur muncul dari keinginannya berbagi pengalaman positif yang ia rasakan. Sebagai seorang *Pound Pro*, ia tidak hanya menjaga kebugarannya sendiri, tetapi juga membantu orang lain merasakan manfaat dari olahraga ini. Bagi Zika, *pound fit* bukan sekadar olahraga, melainkan cara untuk mengekspresikan diri serta menjaga kesehatan fisik dan mental. Saat ini, Zika bekerja sebagai Administrator di Fungsi Internal Audit PHI-Regional 3 Kalimantan. Meskipun memiliki tanggung jawab besar dalam pekerjaannya, Zika tetap meluangkan waktu untuk mengajar *pound fit*. Menurutnya, kelas-kelas *pound fit* yang ia adakan tidak pernah mengganggu pekerjaannya. "Alhamdulillah, kelas *pound fit* tidak mengganggu pekerjaan utama saya. Saya selalu mengatur kelas setelah jam kerja, misalnya pukul 19.00 atau pada hari libur seperti Sabtu atau Minggu," ungkap Zika.

Untuk menjaga keseimbangan antara karier dan aktivitas sebagai instruktur, Zika memanfaatkan *to-do list* mingguan, menjaga waktu istirahat yang cukup, dan memastikan kebutuhan asupan air terpenuhi. Langkah-langkah ini membantunya menjalani *work-life balance* yang optimal.



Azlika melatih *pound fit* tak hanya untuk menjaga kebugarannya sendiri, tetapi juga membantu orang lain.

Namun, aktivitasnya sebagai *Pound Pro* tidak luput dari tantangan. Salah satu risiko utama yang ia hadapi adalah cedera saat mengajar di kelas. Cedera tidak hanya memengaruhi aktivitasnya di dunia *pound fit*, tetapi juga pekerjaannya di kantor. Untuk mencegah hal tersebut, Zika selalu disiplin melakukan pemanasan sebelum latihan dan pendinginan setelahnya.

Menjalani dua profesi secara bersamaan memerlukan komitmen yang besar. Bagi Zika, amanah adalah nilai utama yang selalu ia pegang. Komitmen ini menjadi kunci keberhasilannya dalam menjalani kedua peran tanpa mengganggu satu sama lain. Zika berharap dapat terus menjalankan keduanya secara seimbang, memberikan manfaat baik bagi dirinya maupun orang-orang di sekitarnya.



**Radita Arindya**  
Senior Supervisor Instrument PRJ/EXE Zona 8

## Radit: Supervisor dan pengajar yang menginspirasi

Radit adalah seorang Senior Supervisor Instrument di PRJ/EXE Zona 8 yang juga berprofesi sebagai pengajar. Sejak 1999, ia telah mengajar di bidang Teknik Elektro dan mempertahankan dedikasinya hingga saat ini. Pada 2018, ia memperluas cakupan keilmuannya dengan mengajar di program S-2 dan S-3 Ilmu Pemerintahan serta Manajemen, hal ini menunjukkan kemampuannya menjangkau berbagai disiplin ilmu. Selain itu, sejak 2017, ia turut berkontribusi sebagai guru bantu melalui program NPU Mengajar di SMA Tani Baru, Desa Tani Baru, Kecamatan Anggana, Kabupaten Kutai Kartanegara. Program ini merupakan bagian dari PHM Mengajar, salah satu bentuk CSR PT Pertamina Hulu Mahakam di bidang pendidikan.

Pada 2013, Radit menerima Surat Keputusan dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia yang mengukuhkan statusnya sebagai pengajar resmi. Pada 2018, ia kembali mendapatkan sertifikasi pengajar, mempertegas kredibilitas dan profesionalismenya dalam dunia pendidikan. Bagi Radit, mengajar bukan hanya pekerjaan, tetapi juga cara untuk terus belajar dan memperkaya wawasan.

Ia meyakini bahwa seorang pengajar harus selalu rendah hati dan terbuka terhadap ilmu dari mana pun asalnya. Seperti filosofi padi yang "semakin berisi semakin merunduk", Radit percaya bahwa penguasaan ilmu sejati selalu disertai kerendahan hati.

Kegiatan mengajar biasanya ia lakukan pada hari libur, sementara waktu senggang di kantor dimanfaatkan untuk membaca dan menulis. Dengan cara ini, ia terus menambah wawasan tanpa mengganggu pekerjaan utamanya. Dedikasinya terhadap dunia pendidikan juga dituangkan dalam bentuk tulisan, seperti buku-buku bertema sains yang ia tulis untuk memberikan kontribusi positif bagi masyarakat. Baginya, menulis adalah salah satu cara efektif untuk berbagi ilmu dan memperluas dampak positif di luar ruang kelas.

## INSPIRASI



Potret Radit saat tengah mendedikasikan dirinya untuk pendidikan.



Walaupun memiliki tanggung jawab besar di dua bidang berbeda, Radit mampu mengatur waktu dengan baik. Pekerjaan utama di kantor tetap menjadi prioritas, dan ia menjalani jadwal dengan cermat untuk memastikan semua tanggung jawabnya terpenuhi. Baginya, menyelesaikan pekerjaan dan membantu orang lain adalah sumber kebahagiaan. Kelelahan fisik yang ia rasakan selalu terbayar oleh kepuasan melihat siswa dan rekan-rekannya meraih kesuksesan.

Radit berharap ada sinergi antara praktisi dan akademisi untuk menciptakan tenaga kerja yang siap menghadapi tantangan masa depan. Ia juga bercita-cita melihat anak didiknya menjadi individu hebat yang mampu membawa perubahan positif bagi masyarakat. Dengan segala dedikasi dan kerja kerasnya, Radit menjadi teladan nyata tentang bagaimana seseorang dapat memberikan dampak di berbagai bidang tanpa kehilangan fokus dan semangat.

Tahir mengakui bahwa menjalani dua peran ini bukan hal yang mudah. Namun, ia telah menemukan cara untuk mengelola waktu dengan efektif. Ia selalu memastikan istirahat yang cukup saat merasa lelah dan menjaga komitmennya terhadap jadwal yang telah dibuat. Dengan disiplin seperti ini, ia mampu menjalani rutinitas sehari-hari tanpa merasa kewalahan.

Tantangan terbesar yang ia hadapi adalah menyeimbangkan antara memenuhi tanggung jawab di tempat kerja dengan mempersiapkan materi yang akan diajarkan kepada muridnya. Namun, Tahir meyakini bahwa semangat dan kedisiplinan adalah kunci utama untuk tetap produktif di kedua bidang tersebut.

Melalui seni bela diri, Tahir tidak hanya ingin melatih fisik, tetapi juga membentuk karakter dan mental yang kuat pada murid-muridnya. Ia percaya bahwa karate mampu menjadi sarana pembentukan jati diri yang tangguh sekaligus membantu meningkatkan rasa percaya diri.

Tahir memiliki visi untuk memajukan seni bela diri, baik di lingkungan perusahaan maupun di masyarakat luas. Ia berharap semakin banyak orang yang terinspirasi untuk mempelajari dan mengembangkan seni bela diri. Dengan komitmen tinggi dan semangat pantang menyerah, Tahir terus menjadi sosok teladan yang menunjukkan bahwa kesuksesan dapat dicapai melalui kerja keras dan dedikasi tanpa henti.



**M. Tahir**

Anggota Guard 2, Lapangan Badak Zona 9

### Tahir: Dedikasi profesi dan *passion* bela diri

Tahir adalah seorang anggota *Guard 2* yang bertugas sebagai *security*, sekaligus pelatih bela diri karate. Peran gandanya ini tidak hanya menginspirasi orang-orang di sekitarnya, tetapi juga menjadi bukti nyata bahwa seseorang dapat sukses dalam pekerjaan sekaligus mengembangkan *passion* yang dimiliki.

Sejak 1998, Tahir telah memulai perjalanannya sebagai pelatih bela diri. Awalnya, dorongan kuat untuk mengenalkan seni bela diri dan mengajak masyarakat berolahraga menjadi motivasi utamanya. Ia ingin memberikan kontribusi positif kepada masyarakat dengan memperkenalkan manfaat olahraga karate, baik untuk kesehatan fisik maupun kemampuan untuk melindungi diri.

Dedikasinya untuk terus belajar dan mengasah kemampuan membuahkan hasil pada 2021, ketika ia berhasil mendapatkan lisensi sebagai pelatih resmi. Lisensi ini menjadi pengakuan atas komitmen dan keahliannya dalam mengajarkan bela diri. Hal ini sekaligus meningkatkan kepercayaan dirinya dalam membimbing para murid untuk memahami seni bela diri secara mendalam.



Melalui seni bela diri, Tahir ingin membentuk karakter dan mental yang kuat pada murid-muridnya.