

hari ini

Kodim 0104/Atim Gelar Tes Garjas Periodik Dan UKP

Kusdiyono - ACEHTIMUR.HARIINI.CO.ID

May 23, 2022 - 22:37



Langsa - Kodim 0104/Atim menggelar tes Garjas (Kesegaran Jasmani) Periodik I tahun 2022 dan UKP (Uji Kenaikan Pangkat) periode 1 Oktober 2022 dan 1 April 2023 di Lapangan Asrama Gajah Dua, Gampong Jawa Muka, Kecamatan Langsa Kota, Kota Langsa

Langsa - Kodim 0104/Atim menggelar tes Garjas (Kesegaran Jasmani) Periodik I tahun 2022 dan UKP (Uji Kenaikan Pangkat) periode 1 Oktober 2022 dan 1 April

2023 di Lapangan Asrama Gajah Dua, Gampong Jawa Muka, Kecamatan Langsa Kota, Kota Langsa, Senin (23-05-2022).

Tes Garjas diikuti 588 anggota Kodim 0104/Atim yang terdiri dari 31 anggota yang akan UKP tingkat Kodam, 42 anggota UKP tingkat Korem dan 515 anggota yang melaksanakan tes garjas periodik I yang akan dilaksanakan selama 3 hari dan diawasi langsung oleh Tim Jasmani Korem 011/Lilawangsa, yang dipimpin oleh Serka Serma D. Munte dan Serka A. Pardede.

Komandan Kodim 0104/Atim Letkol Inf Agus Al Fauzi, S.I.P., M.I.Pol melalui Pasipers Kapten Inf Razak mengatakan, pelaksanaan Garjas periodik ini sebagai tolak ukur pembinaan satuan, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran fisik prajurit sekaligus mengukur kemampuan kesemaptaan jasmani seorang prajurit secara berkala. Sementara untuk tes Garjas UKP, sebagai persyaratan prajurit untuk naik pangkat satu tingkat lebih tinggi.

“Tes Garjas merupakan salah satu syarat bagi seorang prajurit untuk mendapatkan kenaikan pangkat satu tingkat lebih tinggi. Dengan syarat nilai Garjas harus sesuai dengan standar kelulusan yang telah ditentukan,” tuturnya.

Kepada peserta tes Garjas, Pasipers meminta agar memaksimalkan pelaksanaan kesemaptaan ini, akan tetapi harus melihat aspek keamanan yakni kesehatan dan kondisi tubuh masing-masing peserta.

“Rekan-rekan anggota sendiri yang tahu kondisi dan keadaan fisik rekan-rekan. Bagi yang tidak kuat, jangan dipaksakan daripada nanti terjadi apa-apa. Lakukan dengan semangat dan jaga keselamatan,” tegasnya.

Selain dilaksanakan tes Garjas berupa semapta A dan B yang terdiri dari materi lari 12 menit, sit up, push up, pull up, lunges dan shuttle run, serta tes dasar renang militer yang dilaksanakan di Kolam Renang Virta Tirta Langsa," pungkasnya.