

# INFO PUBLIK

## Kodim Klungkung Gelar Uji Kemampuan Fisik Prajurit

Update - [KLUNGKUNG.INFOPUBLIK.CO.ID](http://KLUNGKUNG.INFOPUBLIK.CO.ID)

Apr 12, 2022 - 13:25



KLUNGKUNG - Garjas periodik dinilai penting untuk dilakukan di kalangan militer. Pasalnya, garjas periodik itu mampu mengetahui tingkat kemampuan fisik prajurit.

Seperti adanya garjas periodik yang saat ini diberlakukan bagi prajurit Kodim 1610/ Klungkung. Satu-persatu anggota Letkol Inf Suhendar Suryaningrat, SH.

M. Si, itu diwajibkan untuk bisa melewati setiap tes kesamaptaaan yang sudah disediakan oleh pihak Jasrem.



“Garjas itu merupakan program yang dilakukan setiap enam bulan sekali. Kegiatan itu, untuk mengetahui sekaligus mengukur tingkat kebugaran fisik prajurit,” ujar Dandim. Selasa, 12 April 2022.

Beberapa materi garjas, kata Dandim, harus bisa dilalui oleh prajuritnya. Terdapat dua sajian tes yang saat ini disuguhkan oleh pihak Jasrem, diantaranya materi Samapta A dan B.

“Untuk materi A sendiri, meliputi lari selama 12 menit. Sedangkan materi garja B, itu meliputi pull up, sit up dan push up. Ada juga lunges dan shuttle run serta ketangkasan renang dasar militer dengan jarak 50 meter,” ungkapnya.

Dandim menambahkan, garjas merupakan salah satu faktor utama atau bisa dijadikan sebuah tolak ukur bagi prajuritnya dalam rangka pembinaan Satuan, khususnya untuk mengetahui tingkat kesamaptaaan jasmani prajurit.

“Dan yang terpenting, prajurit harus mengutamakan faktor keamanan dan keselamatan,” jelasnya. (\*\*\*)