

# PELITA

## Hari Terakhir Tes Kesamaptaan Jasmani, Segenap Personel Polresta Mataram Turut Serta

Syafruddin Adi - [MATARAM.PELITA.WEB.ID](http://MATARAM.PELITA.WEB.ID)

Jul 29, 2023 - 15:14



Mataram NTB - Wakapolresta Mataram AKBP Syarif Hidayat SH SIK dan

sejumlah pejabat utama, para Kapolsek dan 162 personel Polresta Mataram mengikuti Tes Kesamaptaan Jasmani (TKJ) Semester 2 T.A 2023 hari terakhir di Gelanggang Olahraga (GOR) Turida, Kecamatan Sandubaya, Sabtu, (29/07/2023).

Ratusan personel yang turut Tes pada hari terakhir terdiri dari personel Polresta Mataram dan Polsek Jajaran baik yang belum mengikuti dari awal penyelenggaraan maupun kepada personel yang mengulang untuk memperoleh hasil Tes sesuai yang telah ditentukan.

Tes ini meliputi Kesamaptan A Lari 12 Menit dan Kesamaptan B terdiri Push Up 1 Menit, Sit Up 1 Menit, Pull Up 1 Menit serta Suttle Run yang diikuti melalui golongan masing-masing usia.

Kapolresta Mataram melalui Wakapolresta Mataram AKBP Syarif Hidayat SH SIK mengatakan bahwa sebanyak 916 personel harus wajib dan serius sesuai ketentuan melaksanakan Tes Kesamaptan Jasmani Semester 2 Tahun 2023 ini namun tetap tidak memaksa kondisi fisik dan usia.

Hari ini bersama-sama pejabat utama dan para Kapolsek, Wakapolresta Mataram memberikan motivasi kepada personel untuk mengikuti Tes Kesamaptan. Hal ini dilaksanakan untuk memberi semangat kepada segenap personel yang masih tergolong usia muda.

Pada kesempatan itu Ia menekankan kepada personel untuk jujur kepada diri sendiri, karena tes ini tujuan utamanya demi kepentingan personel untuk menjaga kesehatan.

" Tes ini juga sebagai sarana kontrol periodik akan kondisi kemampuan fisik personel. Jadi, mari kita laksanakan dengan senang hati ,"ucapnya.

"Jadikan tes ini untuk kebugaran kita semua, bagi yang HER yang mengulangi benar-benar dilaksanakan," katanya menambahkan.

Dalam Tes tersebut beberapa personel yang tidak mencapai ketentuan yang telah ditentukan maka dinyatakan HER dan harus mengulangi hingga mendapat hasil sesuai standar. Data ini akan menjadi salah satu persyaratan yang harus dilampirkan dalam pengajuan baik untuk sekolah maupun karir.

Kegiatan Tes Kesamaptan Jasmani TKJ ini juga dirangkaikan dengan Olahraga Bersama seluruh personel kemudian senam dipandu oleh instruktur. (Adb)