



Bandar Lampung. Korem 043/Gatam menggelar Test Kesegaran Jasmani (Garjas) Usul Kenaikan Pangkat (UKP) kepada seluruh prajurit Bintara dan Tamtama termasuk seluruh Kodim-kodim sejajaran Korem 043/Gatam yang telah diusulkan kenaikan pangkat satu tingkat lebih tinggi dari pangkat sebelumnya.

Dinas Jasmani Angkatan Darat (Disjasad) Letkol Caj Romli, didampingi oleh Kasipers Rem 043/Gatam Letkol Inf Heriyadi dan Kepala Jasmani (Kajas) Rem 043/Gatam Kapten Inf Sabar, meninjau langsung pelaksanaan Test Samapta UKP yang telah dilaksanakan oleh penyelenggara dari Tim Jasmani Korem yang dilaksanakan di stadion pahoman Bandar Lampung Senin 07/05/18.

Sebelum dilaksanakan tes kesegaran Jasmani, terlebih dahulu seluruh prajurit harus melakukan pemeriksaan tensi. Bagi prajurit yang tensinya normal dan memenuhi syarat, dapat melanjutkan tes kesegaran jasmani, bila tensinya belum normal, tes akan diulang hari berikutnya.



Tes Garjas ini sendiri dibagi menjadi dua yakni, Tes Kesamaptaaan A yaitu lari sejauh 3.200 meter dengan ketentuan kategori umur dan Kesamaptaaan B yakni Pull Up, Sit Up, Push Up dan Suhtle Run.

Sedangkan untuk pelaksanaan Renang Militer (Renmil) dengan gaya dada dengan jarak 50 meter menggunakan Pakaian Dinas Lapangan (PDL) / Loreng yang dilaksanakan di kolam renang Unila.

Untuk mengantisipasi hal-hal yang tidak diinginkan dalam pelaksanaan tes Garjas ini, Tim Jasrem dibantu oleh tim kesehatan dari rumah sakit DKT.

Tidak hanya itu, setiap prajurit juga wajib mengikuti tes kesamaptaaan jasmani secara periodik, setahun dua kali. Hal ini dimaksudkan untuk mengetahui tingkat kebugaran fisik prajurit sekaligus untuk mengukur kemampuan kesamaptaaan prajurit secara berkala.