

## Jaga Kompetensi Kesamaptaan Jasmani, Polresta Lakukan Tes Berkala Semester II 2022

Syafruddin Adi - [SYAFRUDDIN.JURNALIS.ID](http://SYAFRUDDIN.JURNALIS.ID)

Aug 2, 2022 - 18:31



Mataram NTB - Guna meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani sekaligus menjaga kompetensi personelnnya Polresta Mataram melaksanakan Tes Kesamaptaan Jasmani (TKJ) berkala semester II tahun 2022 di Gelanggang Olahraga Turida , Kecamatan Sandubaya, Kota Mataram. Selasa (02/08/2022).

Kegiatan ini diselenggarakan oleh Bag SDM Polresta Mataram dari tanggal 02 sampai dengan 08 Agustus 2022 yang akan diikuti seluruh personel baik Polres maupun Polsek Jajaran mulai dari pangkat Brigadir hingga Perwira serta ASN Polri.

Kapolresta Mataram melalui PS. Kasubbag Binkar Ipda Ni Nyoman Jayanti, SH yang memimpin kegiatan menerangkan saat dilokasi bahwa hari ini hari pertama

mulai tes, kita jadwalkan dari Polsek Jajaran, Satker, Gabungan Staf sampai dengan Pejabat Utama, tes Kesamaptaan ini meliputi Lari 12 menit, push up, sit up, pull up dan lari shuttle run. Sebelum tes dimulai terlebih dahulu diawali dengan dilaksanakan pemanasan dengan gerakan-gerakan yang cukup ringan, ucapnya.

“Kegiatan tes Kesjas yang dilaksanakan secara berkala ini bertujuan untuk mengukur kemampuan fisik para personel, serta untuk memelihara kesehatan agar selalu siap menjalankan tugas-tugas Kepolisian sebagai pelindung, pengayom dan pelayan masyarakat,” jelas Ipda Jayanti.

Ipda Jayanti juga menjelaskan bahwa kegiatan Tes Kesamaptaan Jasmani (TKJ) ini merupakan kegiatan rutin yang dilaksanakan selama 6 bulan sekali oleh Personel Polresta Mataram dan Jajaran. Kegiatan ini juga untuk mengukur kemampuan anggota di bidang jasmani serta sebagai syarat utama untuk 13 Nilai Kompetensi guna persyaratan kenaikan pangkat, gaji berkala dan pendidikan anggota, tandasnya.

“Harapan pimpinan dengan adanya kegiatan Tes Kesamaptaan Jasmani (TKJ) ini dapat menjaga kebugaran jasmani anggota agar tetap prima sehingga dapat mengemban tugas Kepolisian dengan maksimal,” tutup Ipda Jayanti.(Adb)