

# Tes Samapta Sebagai Sarana Tolak Ukur Kemampuan Fisik Anggota

Ahmad Ridho - [WONOSOBO.JENDELAINDONESIA.COM](http://WONOSOBO.JENDELAINDONESIA.COM)

Sep 13, 2022 - 13:41



*WONOSOBO - Ratusan Prajurit TNI Kodim 0707 Wonosobo melaksanakan tes Kesegaran Jasmani (Garjas) Periodik Semester II Tahun 2022 yang dilaksanakan di Stadion Kalianget dan kolam renang Ayodya Sport Center And Edutainment Desa Bojasari, Kecamatan Kertek pada Selasa 13/09.*

WONOSOBO - Ratusan Prajurit TNI Kodim 0707 Wonosobo melaksanakan tes Kesegaran Jasmani (Garjas) Periodik Semester II Tahun 2022 yang dilaksanakan di Stadion Kalianget dan kolam renang Ayodya Sport Center And Edutainment Desa Bojasari, Kecamatan Kertek pada Selasa 13/09.



Dalam pelaksanaan kegiatan kesamapta tersebut, personel terlebih dahulu di cek tensi dan kesehatannya oleh Tim Kesehatan dari Klinik Kartika Pratama Kodim 0707/Wonosobo.

"Tes Samapta ini merupakan program rutin dari komando atas, dengan tujuan untuk mengecek serta meningkatkan kemampuan fisik para prajurit TNI AD khususnya Kodim 0707 Wonosobo sehingga dalam menjalankan tugas pokoknya bisa berjalan dengan lancar dan maksimal," ujar Koordinator Penyelenggara Kaptan Inf Kusno Miharto.



Ia menekankan kepada seluruh anggota yang akan melaksanakan tes kesegaran jasmani, Periodik Semester II Tahun 2022 agar dengan serius dan tetap memperhatikan faktor keamanan agar tidak terjadi suatu hal yang tidak diinginkan yang dapat merugikan diri sendiri.

"Pelaksanaan Samapta ini, meliputi "A" Lari dan tes kesegaran "B" meliputi Pull Up, Sit Up, Push Up, Lunges, dan Shuttle Run yang dilakukan di Stadion Kalianget serta Renang Militer dilakukan di kolam renang Ayodya Desa Bojasari," jelasnya.



Sementara itu salah satu peserta Samapta Sertu Sugito mengatakan, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan dan membina kemampuan Fisik serta mengukur kemampuan para personel, dalam menunjang pelaksanaan tugas pokok TNI AD terutama di wilayah Kodim 0707 Wonosobo.

"Tes kesegaran jasmani ini merupakan program yang harus dilaksanakan oleh setiap prajurit TNI AD khususnya prajurit Kodim Wonosobo. Kegiatan ini juga untuk menunjang bagi prajurit yang akan melaksanakan usul kenaikan pangkat," katanya.



Selain itu juga sebagai kelengkapan administrasi mengikuti pendidikan dalam alih golongan, serta program lainnya. "Apabila ada waktu kegiatan pembinaan fisik harus dilatihkan secara teratur dan berjenjang. Tes Samapta ini dilakukan hari Selasa dan Rabu, karena personel TNI lain masih melaksanakan tugas baik di Kodim maupun Koramil," tutupnya.