

NEWS

Penuh Semangat, Ratusan Personel Kodim 1707/Merauke Ikuti Tes Garjas Periodik I Tahun 2026

Anker Putra Cyklop - PAPUA.TNIAD.NET

Jun 18, 2026 - 19:16



PAPUA SELATAN, Merauke - Kodim 1707/Merauke menggelar kegiatan Tes Kesegaran Jasmani (Garjas) Periodik I Tahun 2026 yang berlangsung di Lapangan Makodim 1707/Merauke, Jalan Raya Mandala, Distrik Merauke, Kabupaten Merauke - Provinsi Papua Selatan, Rabu (13/5/2026). Kegiatan tersebut dipimpin langsung oleh Pasi Ops Kodim 1707/Merauke Kapten Inf Roesli

Rajab dan diikuti ratusan personel dari Korem 174/ATW serta Kodim 1707/Merauke.

Sebelum pelaksanaan tes dimulai, seluruh prajurit terlebih dahulu menjalani pengecekan kesehatan dan pemeriksaan tensi oleh petugas kesehatan dari Denkesyah Merauke guna memastikan kondisi fisik peserta benar-benar prima dan siap mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan peregangan serta pemanasan yang dipandu oleh personel Jasrem 174/ATW untuk menghindari cedera saat pelaksanaan tes.

Dalam arahannya, Pasi Ops Kodim 1707/Merauke Kapten Inf Roesli Rajab menekankan pentingnya melaksanakan kegiatan dengan maksimal, penuh semangat, dan tetap mengutamakan faktor keamanan serta keselamatan. Ia berharap setiap tahapan tes dapat diikuti dengan sungguh-sungguh sebagai bentuk tanggung jawab dalam menjaga kesiapan fisik seorang prajurit.

Sementara itu, Dandim 1707/Merauke Letkol Czi Dili Eko Setyawan, S.Ak., M.Han menyampaikan bahwa tes kesegaran jasmani periodik merupakan kewajiban yang harus diikuti seluruh prajurit sebagai tolak ukur kemampuan fisik dan kebugaran masing-masing personel dalam mendukung pelaksanaan tugas sehari-hari. Menurutnya, kondisi fisik yang prima menjadi modal utama prajurit dalam menjalankan tugas dan tanggung jawab.

“Setiap prajurit wajib mengikuti tes kesegaran jasmani periodik dengan catatan kesehatan dan tensinya normal. Hal ini penting untuk mengetahui kemampuan fisik dan tingkat kebugaran masing-masing prajurit guna mendukung kelancaran setiap pelaksanaan tugas,” ungkap Letkol Dili dengan penuh penekanan.

Adapun materi tes kesegaran jasmani terdiri dari Garjas “A” berupa lari selama 12 menit, sedangkan Garjas “B” meliputi Pull Up, Sit Up, Push Up dan Shuttle Run. Setelah menyelesaikan seluruh rangkaian tes tersebut, para peserta juga mengikuti tes renang sejauh 50 meter yang dilaksanakan di Kolam Water Park Jalan Irian Seringgu, Kota Merauke.