

# PELITA

## Persiapan UKP Anggota Polres Lombok Utara Melaksanakan Ujian Bela Diri

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

Aug 31, 2022 - 13:56



Lombok Utara NTB - Untuk meningkatkan kemampuan individu dan persiapan ujian Usulan Kenaikan Pangkat (UKP) periode 1 Januari 2023, personel Polres Lombok Utara melaksanakan kegiatan latihan beladiri Polri di halaman Mapolres setempat, Selasa (30/8/2022).

Ujian beladiri Polri merupakan syarat yang harus diikuti anggota korps bhayangkara yang akan mengusulkan kenaikan pangkat (UKP ) periode 1 Januari 2022. Oleh karenanya, sebanyak 27 anggota Polres Lombok Utara, Polda NTB yang ikut

melaksanakan ujian bela diri Polri

Kapolres Lombok Utara AKBP I Wayan Sudarmanta SIK MH melalui Kabag SDM Polres Lombok Utara AKP I Wayan Sudiarma mengatakan, ujian bela diri Polri bagi personel yang akan melaksanakan kenaikan pangkat Periode 1 Januari 2023 yang dipimpin oleh Aiptu Umbu Isnaini Ishak

Ia menambahkan, terlebih dahulu anggota yang akan melaksanakan latihan bela diri Polri, terlebih dahulu melaksanakan pemanasan dan lari mengelilingi Polres Lombok Utara guna mencegah terjadinya keram dan cedera dalam melaksanakan latihan.

"Adapun materi dalam latihan diantaranya teknik dasar beladiri Polri yaitu jatuh ke kiri/kanan, jatuh ke depan/belakang, roll depan dan belakang. Pukulan dan tangkisan. Tendangan dan teknik dasar membawa tahanan."

Dijelaskannya, selain itu ada teknik beladiri tanpa alat yaitu melepas pegangan tangan, melepas pegangan baju, melepas cekikan, melepas sekapan, menghindari pukulan, menghindari tendangan, menghindari serangan tongkat, menghindari serangan pisau

Ia juga berharap bagi Personil yang melaksanakan ujian di harapkan melaksanakan kegiatan ini dengan sungguh-sungguh dan penuh semangat. Dan gerakan harus sama" tegas Kabag SDM.(Adb)