

# MILITER

## Asah Kemampuan Fisik Prajurit, Kodim 0811 Tuban Gelar Garjas Periodik

Basory Wijaya - [TUBAN.MILITER.CO.ID](http://TUBAN.MILITER.CO.ID)

May 15, 2024 - 16:45



TUBAN, – Untuk mengecek dan meningkatkan kemampuan fisik prajurit, Kodim 0811 Tuban melaksanakan tes Kesehatan Jasmani (Garjas) Periodik tahun 2024 bertempat di lapangan Yon Mekanis 521/DY Kecamatan Tuban Kabupaten Tuban, Rabu (15/05/2024).

Image not found or type unknown



Image not found or type unknown



Sebelum pelaksanaan, para personel yang mengikuti Garjas ini terlebih dahulu dicek tensi dan kesehatannya oleh Tim Kesehatan dari Poskes 05.10.07 Tuban, pengisian blangko samapta yang dilanjutkan dengan senam peregangan dan pemanasan.

Dandim 0811 Tuban Letkol Inf Dicky Purwanto S.Sos., M.I.P., mengatakan bahwa kegiatan garjas ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan, membina kemampuan fisik serta mengukur kemampuan para personel dalam rangka menunjang pelaksanaan tugas pokok TNI AD.

Tes Garjas ini merupakan program yang harus dilaksanakan oleh setiap prajurit TNI AD, khususnya prajurit Kodim 0811 Tuban. Hal ini juga sangat menunjang bagi prajurit yang akan melaksanakan Usul Kenaikan Pangkat (UKP).

"Selain itu, Garjas ini juga sebagai kelengkapan administrasi mengikuti pendidikan dalam alih golongan, serta program lainnya. Sehingga, apabila ada waktu kegiatan pembinaan fisik harus dilatihkan secara teratur dan berjenjang," ujar Dandim.

Dia juga menekankan bagi seluruh personel yang akan melaksanakan tes kesegaran jasmani, agar melaksanakannya dengan serius dan tetap memperhatikan faktor keamanan, jangan sampai terjadi hal-hal yang dapat merugikan diri sendiri.

"Laksanakan Garjas ini dengan baik, penuh semangat dan serius, dengan mengutamakan faktor keamanan", Pungkasnya. (Faro)