

# Dandim Surabaya Timur Ingatkan Faktor Keamanan

Arif Rido - [SURABAYA.INFORMAN.ID](https://SURABAYA.INFORMAN.ID)

May 2, 2024 - 14:26





SURABAYA - Anggota Kodim 0831/Surabaya Timur menjalani tes Kesegaran Jasmani (Garjas) Periodik Semester 1 TA 2024 di lapangan Korem 084/Bhaskara Jaya, jalan Ahmad Yani No. 1 Siwalankerto Kecamatan Wonocolo. Tes ini merupakan bagian dari program rutin Komando Atas untuk mengecek serta meningkatkan kemampuan fisik prajurit TNI AD, khususnya Kodim 0831/Surabaya Timur. Kamis (02/05/24)

Pelaksanaan tes Garjas ini meliputi dua bagian, yaitu Garjas A yang melibatkan lari selama 12 Menit, dan Garjas B yang mencakup Pull Up, Sit Up, Push Up selama 1 menit, serta Shuttle Run dan Renang Dasar 50 meter di Kolam Renang Hayam Wuruk. Sebelumnya, anggota Kodim 0831/Surabaya Timur menjalani pemeriksaan kesehatan, termasuk pengukuran tensi oleh Tim Kesehatan dari RS. DKT Rumkit III Surabaya.

Komandan Kodim (Dandim) 0831/Surabaya Timur, Kolonel Inf Didin Nasruddin Darsono S. Sos., M. Han, melalui Pasi Pers Mayor Arm Iman, menjelaskan bahwa tes ini bertujuan untuk meningkatkan dan membina kemampuan fisik anggota Kodim, demi mendukung pelaksanaan tugas pokok TNI AD, terutama di wilayah Kodim 0831/Surabaya Timur.

Tes Kesegaran Jasmani ini juga penting sebagai syarat untuk usul kenaikan pangkat, pendidikan alih golongan, serta program lainnya bagi prajurit TNI AD. Diharapkan seluruh anggota melaksanakan tes dengan serius dan memperhatikan faktor keamanan diri sendiri." ujarnya.

Menambah," diharapkan dalam pelaksanaan tes kebugaran jasmani ini juga penting memperhatikan faktor keamanan selama pelaksanaan tes garjas ini," tandasnya.