

# BUKTI BARU

## Kodim 0814/Jombang Laksanakan Garjas Periodik

Riansyah - [JOMBANG.BUKTIBARU.COM](http://JOMBANG.BUKTIBARU.COM)

May 22, 2026 - 16:20



**Jombang,-** Kodim 0814/Jombang kembali menggelar kegiatan Garjas (Kesegaran Jasmani) periodik sebagai upaya menjaga kebugaran dan kesiapan fisik prajurit. Jumat (22/05/2026).

Kegiatan yang berlangsung di Stadion Jombang tersebut diikuti seluruh personel dengan penuh semangat dan disiplin.

Garjas periodik menjadi bagian penting dalam pembinaan kemampuan fisik prajurit TNI-AD.

Dandim 0814/Jombang, Letkol Kav Dicky Prasajo, menjelaskan jika kondisi fisik yang prima merupakan modal utama bagi prajurit dalam menjalankan tugas kewilayahan maupun mendukung program Pemerintah Daerah.

“Melalui kegiatan ini, setiap personel diuji ketahanan, kekuatan, serta kemampuan jasmani guna menunjang pelaksanaan tugas di wilayah. Tes meliputi lari, push up, sit up, pull up, hingga shuttle run sesuai standar kesamaptaaan militer,” ungkap Dandim.

Selain menjaga kesehatan, kegiatan ini juga memperkuat disiplin dan jiwa korsa antar anggota.

Pelaksanaan Garjas berlangsung tertib dengan pengawasan tim kesehatan guna memastikan keamanan seluruh peserta.

Kegiatan serupa sebelumnya juga mendapat dukungan dari PMI Kabupaten Jombang dalam layanan medis dan pertolongan pertama saat tes kesamaptaaan personel Kodim digelar di Stadion Jombang. (\*)