

# **FORKOPIMDA**

## **Tingkatkan Kesiapan Fisik Prajurit, Kodim 0824/Jember Gelar Kesemaptaan Jasmani Periodik II Tahun 2024**

**Siswandi - [JEMBER.FORKOPIMDA.COM](https://JEMBER.FORKOPIMDA.COM)**

Nov 19, 2024 - 09:41



JEMBER - Dalam rangka meningkatkan kesiapan fisik prajurit, Kodim 0824/Jember melaksanakan kegiatan Kesemaptaan Jasmani Periodik II Tahun 2024 yang berlangsung di Secaba Rindam V/Brawijaya, mulai tanggal 18 hingga 19 November 2024. Kegiatan ini bertujuan untuk mengukur dan memelihara

kemampuan fisik personel Kodim 0824/Jember sebagai salah satu syarat utama kesiapannya dalam menjalankan tugas kewilayahan.



Pelaksanaan kesemaptaan ini meliputi dua kategori utama: Garjas A yang terdiri dari lari selama 12 menit dan Garjas B yang meliputi pull-up, sit-up, push-up, shuttle run serta renang dasar sejauh 50 meter. Seluruh personel diwajibkan mengikuti tahapan tersebut sesuai dengan standar penilaian jasmani TNI AD.

Komandan Kodim 0824/Jember, Letkol Arm Indra Andriansyah, turut memberikan perhatian khusus terhadap pelaksanaan kegiatan ini. Beliau menekankan pentingnya kesiapan jasmani dalam menunjang pelaksanaan tugas sehari-hari.

“Kesemaptaan jasmani ini adalah salah satu parameter penting dalam memastikan prajurit Kodim 0824/Jember selalu siap dalam melaksanakan tugasnya. Selain itu, kegiatan ini juga menjadi sarana untuk menjaga kesehatan fisik dan mental personel,” ujar Dandim 0824/Jember.





Kegiatan berlangsung dengan semangat dari seluruh personel, didukung pengawasan dan pendampingan oleh Tim Jasmani Korem 083/Bdj dan tim kesehatan untuk memastikan pelaksanaan berjalan aman dan lancar. Kodim 0824/Jember berharap kegiatan ini dapat terus meningkatkan performa prajurit dalam menjalankan tugas pengabdian kepada bangsa dan negara. (Pendim0824)