

## **PELATIHAN PENGUKURAN KEBUGARAN JASMANI DISABILITAS INTELEKTUAL BAGI GURU PENJASORKES SLB DAN GURU INKLUSI DI DIY TAHUN 2020**

**Oleh: Prof. Dr. Dra. Sumaryanti, M.S., Drs. Dapan, M.Kes. Drs. Margono, M.Pd., Dr. Dra. Bernadeta  
Suhartini, M.Kes.**

### **ABSTRAK**

Tujuan yang diharapkan dari PPM ini adalah setelah berpartisipasi secara aktif dalam rangkaian kegiatan PPM, maka diharapkan para guru penjasorkes SLB dan guru penjasorkes inklusi se-DIY, memperoleh pemahaman secara teori maupun praktik mengenai pengukuran kebugaran jasmani anak disabilitas intelektual, dan memiliki kemampuan untuk mengaplikasikan pengukuran kebugaran di sekolahnya masing-masing

Metode yang digunakan untuk melaksanakan kegiatan PPM ini adalah: (1) metode ceramah, berkaitan dengan materi pengukuran kebugaran (2) Praktik keterampilan pengukuran kebugaran. (3). Sebelum pelatihan diberikan, peserta diberikan pertanyaan untuk mengetahui pengetahuannya tentang pengukuran tes kebugaran dan dasar modifikasi tes, setelah selesai pelatihan diberikan pertanyaan kembali untuk mengetahui keberhasilan dari pelatihan. Khalayak sasaran dalam pengabdian ini adalah guru-guru yang tergabung dari MGMP penjasorkes SLB di DIY sebanyak 40 orang

Hasil PPM menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan dan pemahaman pengukuran tes kebugaran jasmani untuk disabilitas intelektual, pengetahuan komponen kebugaran jasmani untuk disabilitas intelektual yang sesuai dengan karakteristiknya, dan memodifikasi tes kebugaran jasmani hasilnya dari kategori sedang meningkat menjadi baik.

Kata Kunci: *pengukuran, kebugaran, jasmani, disabilitas intelektual*