



## Sosialisasi AISIRE bagi guru sekolah dasar sebagai pendukung pembelajaran pendidikan jasmani

Agi Ginanjar<sup>1\*</sup>, Mochamad Zakky Mubarak<sup>2</sup>, Dicky Oktora Mudzakir<sup>3</sup>, Ahmad Syifa<sup>4</sup>, Dias Suherman<sup>5</sup>, Indah Purnama Sari<sup>6</sup>, Mohammad Arroihan<sup>7</sup>, Rahayuda<sup>8</sup>, Tri Wahyuni<sup>9</sup>

<sup>1</sup> STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu, Indonesia, [agiginanjar@stkipnu.ac.id](mailto:agiginanjar@stkipnu.ac.id)

<sup>2</sup> STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu, Indonesia, [m.zakky@stkipnu.ac.id](mailto:m.zakky@stkipnu.ac.id)

<sup>3</sup> STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu, Indonesia, [dicky\\_oktora@stkipnu.ac.id](mailto:dicky_oktora@stkipnu.ac.id)

<sup>4</sup> STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu, Indonesia, [satunusa889@gmail.com](mailto:satunusa889@gmail.com)

<sup>5</sup> STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu, Indonesia, [diassuherman5@gmail.com](mailto:diassuherman5@gmail.com)

<sup>6</sup> STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu, Indonesia, [indahahaha12@gmail.com](mailto:indahahaha12@gmail.com)

<sup>7</sup> STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu, Indonesia, [mohamad.arroihan@gmail.com](mailto:mohamad.arroihan@gmail.com)

<sup>8</sup> STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu, Indonesia, [ryudraha22@gmail.com](mailto:ryudraha22@gmail.com)

<sup>9</sup> STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu, Indonesia, [triwahyuni56395@gmail.com](mailto:triwahyuni56395@gmail.com)

\*Koresponden penulis

### Info Artikel

**Diajukan:** 7 November 2022

**Diterima:** 21 Desember 2023

**Diterbitkan:** 30 Desember 2023

#### Keywords:

Socialization; aisure; elementary school; physical education.

#### Kata Kunci:

Sosialisasi; aisure; sekolah dasar; pendidikan jasmani.

### Abstract

*The limitations of physical education learning facilities and infrastructure are often classic problems in the physical education learning process, resulting in physical fitness material in reaction speed needing to be addressed or even done in physical education learning. Using AISIRE learning media can reduce the problem of limited facilities and infrastructure in learning physical education regarding reaction speed. This activity aims to provide socialization of making, using, and assessing AISIRE to support physical education learning of physical fitness material in reaction speed. The method in this activity uses preparation, implementation, evaluation and reflection, and follow-up. The participants of this activity were ten physical education teachers at the Elementary School and Madrasah Ibtidaiyah levels in Indramayu Regency and Cirebon Regency. The results of this activity have an impact in the form of increased knowledge, understanding, making, using, and assessing AISIRE to support physical education learning of physical fitness material in the aspect of reaction speed.*

### Abstrak

Keterbatasan sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani sering menjadi masalah klasik dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani yang berakibat materi kebugaran jasmani pada aspek kecepatan reaksi menjadi terabaikan bahkan tidak pernah dilakukan sama sekali dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan menggunakan media pembelajaran AISIRE dapat mengurangi permasalahan keterbatasan sarana dan prasarana dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani pada aspek kecepatan reaksi. Tujuan dari kegiatan ini ingin memberikan sosialisasi pembuatan, penggunaan, dan penilaian AISIRE untuk mendukung pembelajaran pendidikan jasmani materi kebugaran jasmani pada aspek kecepatan reaksi. Metode dalam kegiatan ini menggunakan persiapan, pelaksanaan, evaluasi dan refleksi, dan tindak lanjut. Peserta kegiatan ini adalah guru pendidikan jasmani

ditingkat Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah di wilayah Kabupaten Indramayu dan Kabupaten Cirebon sebanyak 10 orang. Hasil kegiatan ini memberikan dampak berupa peningkatan pengetahuan, pemahaman, pembuatan, penggunaan, dan penilaian pada AISIRE untuk mendukung pembelajaran pendidikan jasmani materi kebugaran jasmani pada aspek kecepatan reaksi.

## PENDAHULUAN

### 1. Analisis Situasi

Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan salah satu materi pelajaran yang di sampaikan di Sekolah Dasar (SD) setara dengan Madrasah Ibtidaiyah (MI). PJOK merupakan salah satu mata pelajaran yang terdapat pada tingkat SD/ MI ([Badan Standar, Kuriulum, 2022](#); [Permendikbud No. 67 Tahun 2013](#)). Kriteria pembelajaran yang baik sesuai Tingkat Satuan Pendidikan tidak cukup hanya bersumber pada buku ajar saja, tetapi pengajar harus dilengkapi oleh alat/ media belajar. Melalui penggunaan media pembelajaran, penanaman konsep, prinsip dan teoritik pelajaran PJOK pada awalnya dirasa sulit oleh siswa, akan menjadi lebih mudah untuk diterapkan jika menggunakan media belajar, karena pelajaran PJOK seharusnya disampaikan secara praktik dan nyata, agar siswa dapat memahami dan mencerna materi yang disampaikan dengan baik.

Di era globalisasi, dengan kecanggihan teknologi yang cepat, ternyata tidak semua kalangan dapat menikmatinya. Begitupun dengan siswa yang berada di daerah. Minimnya sarana dan prasarana menjadikan faktor klasik yang sering dialami. Belum lagi bantuan dari pemerintah yang belum semuanya dirasakan merata dalam hal pembangunan sarana dan prasarana pendidikan. Keadaan seperti ini jangan terlarut dan dibiarkan harus segera dicarikan solusi. Sejalan dengan ini jika sekolah memiliki saran dan prasarana guru harus memiliki kreativitas untuk membuat media pembelajaran ([Muhajir, 2021](#)).

Maka dari itu, pelaksanaan pembelajaran PJOK harus dilakukan dengan cara yang inovatif, kreatif, dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani. Media pembelajaran adalah salah satu komponen dalam kegiatan belajar mengajar yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman terhadap materi pelajaran yang dipelajari. Sejalan dengan ini media pembelajaran memberikan kemudahan guru untuk menyampaikan materi kepada peserta didik yang menerima timbal balik sebagai *transfer of knowledge* ([Setiawan et al., 2022](#)). Inovasi menggunakan alat peraga merupakan salah satu pemilihan media pembelajaran yang efektif bisa meningkatkan minat belajar siswa. Salah satu media pembelajaran adalah dengan menggunakan media alat peraga.

Salah satunya membuat inovasi membuat media/ alat peraga yang unik dan menarik yang dapat membantu dalam penyampaian materi selama porses Kegiatan Belajar Mengajar (KBM). Melihat kondisi ini, maka tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) menggunakan media pengembangan inovasi berupa instrumen yang diberi nama Alat Inovasi Sederhana Indikasi Reaksi (AISIRE) (Zainal et al., 2021), untuk mengukur tingkat kebugaran jasmani anak terutama pada aspek kecepatan reaksi. Selain itu pembuatan media ini tidak memerlukan biaya yang tinggi alias murah meriah (nilai ekonomis), dan jumlah bahannya mudah untuk didapat disekitar kita.

Hasil dari observasi awal kepada beberapa guru PJOK SD dan MI terkait dengan materi kebugaran jasmani aksi reaksi masih mengalai kendala terkait dengan KMB PJOK. Sehingga, jangankan melakukan pengetestan kecepatan aksi reaksi melaksanakan KBM saja belum pernah terkait dengan aksi reaksi. Beberapa hasil obeservasi mengatakan belum pernah melaksanakan KBM terkait materi kebugaran jasmani aksi reaksi, materi kebugaran lebih kearah pengembangan sikap tubuh, kurangnya sarana dan prasana, lebih menggunakan olahraga yang bersifat permainan sebagai proses KBM PJOK, SD kelas rendah (kelas 1-3 SD) lebih diajarkan kepada teknik dasar permainan, SD kelas tinggi (kelas 4-6 SD) lebih kepada keterampilan untuk persiapan menghadapi kjuaran O2SN.

Dari hasil observasi yang telah dilakukan, sehingga aspek pembelajaran kebugaran jasmani ditinggalkan atau tidak dilaksanakan guru dan lebih banyak mengajar kepada arah olahraga permainan dengan adanya kurang sarana dan prasaran yang menunjang dalam KBM PJOK. Untuk mengatasi masalah yang telah dipaparkan maka tim PKM berinisiatif untuk memberikan solusi dari permasalahan terkait materi kebugaran jasmani aksi reaksi dengan menggunakan AISIRE. AISIRE diperuntukan agar dapat membantu memenuhi Kompetensi Dasar (KD) dalam struktur kurikulum siswa kelas 4,5, dan 6 SD (Zainal et al., 2021), yang merupakan SD tingkat atas. KD dalam struktur kurikulum SD kelas 4, 5, dan 6 salah satunya memuat aspek kebugaran jasmani (Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2020). Dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) semester ganjil akan memuat materi pelajaran kebugaran jasmani dan ada beberapa unsur-unsur kebugaran jasmani yang tidak dapat diselenggarakan salah satunya kecepatan reaksi. Kecepatan reaksi adalah waktu yang dipergunakan antara munculnya stimulus atau rangsangan dari awal reaksi (Permendikbud No. 67 Tahun 2013). Lebih lanjut lagi, kecepatan reaksi atau waktu reaksi merupakan kecepatan bergerak dan kelincahan yang berhubungan dengan kebugaran (Nurhasan & Cholil, 2014). Waktu reaksi merupakan salah satu unsur penting

dalam olahraga dan perlu dilakukan tes (Moradi & Esmaeilzadeh, 2015; Eckner, Kutcher, Broglio, & Richardson, 2014).

Oleh karena itu fokus kepada masalah KBM PJOK yang telah tim PKM dapat terkait materi kebugaran jasmani aksi reaksi yang tidak pernah dilaksanakan sama sekali dan kurangnya sarana dan prasarana dalam KBM PJOK. Maka tujuan PKM ini adalah untuk memberikan sosialisasi pembuatan, penggunaan, dan penilaian AISIRE untuk mendukung KBM PJOK materi kebugaran jasmani aksi reaksi.

## **2. Solusi dan Target**

Dalam PKM ini seperti yang telah dijelaskan sebelumnya yaitu menggunakan AISIRE sebagai solusi permasalahan yang ada terkait dengan materi kebugaran jasmani aksi reaksi di SD sederajat. Selain itu, PKM ini diharapkan dapat mencapai beberapa target capaian setelah PKM ini selesai dilaksanakan.

### **a. Solusi**

Solusi permasalahan dengan menggunakan AISIRE. AISIRE terbuat dari botol air mineral bekas yang diisi oleh tanah/ semen, dadu berwarna (merah, kuning, hijau, dan biru), per sebagai alat penggerak dadu yang ditempatkan di atas botol air mineral bekas yang diisi oleh tanah/ semen, dan patok yang di atasnya terdapat bola berwarna (merah, kuning, hijau, dan biru). Untuk lebih jelas dapat dilihat pada Gambar 9, sedangkan untuk membuat alat AISIRE dapat dilihat <https://www.youtube.com/watch?v=PAf3JjoHxeo>. Tata cara melakukan siswa berdiri tengah bidang persegi dengan alat AISIRE ditempatkan di tengah juga dekat siswa yang menginjak garis kotak berukuran 30 centimeter. Untuk jarak antar patok sejauh 3 atau 4 meter. Ketika ada aba-aba "YA" atau dapat menggunakan peluit, siswa mengoyangkan alat AISIRE dan melihat warna dadu yang nampak lalu siswa melakukan pergerakan secepat mungkin untuk memegang patok yang di atasnya terdapat bola berwarna sesuai dengan warna yang nampak dari alat AISIRE dan kembali ke kotak tengah untuk bersiap melakukan pergerakan kembali dengan terlebih dahulu mengoyangkan alat AISIRE dalam waktu 30 detik. Untuk lebih jelas bagaimana tata cara melakukan tes tersebut dapat mengunjungi media sosial peneliti pada <https://www.instagram.com/p/CShO3mlhxS3/> atau dapat melihat pada [https://www.youtube.com/watch?v=dKXnBpKr\\_\\_4](https://www.youtube.com/watch?v=dKXnBpKr__4), dan <https://www.youtube.com/watch?v=QAlk-yvteo>.

Selain sebagai media pembelajaran, AISIRE telah diuji validitas dan reliabilitasnya, sehingga berfungsi juga sebagai tes dan pengukuran. AISIRE memiliki validitas 0,933 dan reliabilitas 0,792 untuk siswa laki-laki kelas 4

sampai 6 dengan jarak 3 meter (Zainal et al., 2021). Sedangkan pada perempuan memiliki validitas 0,942 dan reliabilitas 0,781 untuk siswa perempuan kelas 4 sampai 6 dengan jarak 4 meter (Zainal et al., 2021). Untuk bentuk dari AISIRE dapat di lihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Alat AISIRE (sumber: (Zainal et al., 2021)

## b. Target

Setelah mengikuti kegiatan ini guru dapat membuat dan menggunakan AISIRE yang diperuntukan pendukung KBM PJOK materi kebugaran jasmani aksi reaksi. Ini dapat mengurangi setidaknya keterbatasan sarana dan prasarana KBM PJOK dan dapat mendukung keilmuan media pembelajaran serta tes dan pengukuran dalam pembelajaran PJOK. Selain itu, ini dapat juga dijadikan bahan bersama siswa untuk lebih kreatif dalam membuat media pembelajaran yang dapat mendukung KBM PJOK dengan kurangnya sarana dan prasarana, sehingga dapat meningkatkan kreatifitas guru dan siswa dalam KBM PJOK.

## METODE PELAKSANAAN

Dalam kegiatan pengabdian ini dilaksanakan ke dalam beberapa tahap: persiapan, pelaksanaan, evaluasi dan refleksi, dan tindak lanjut.

### 1. Persiapan

Persiapan dilakukan dengan membuat publikasi kegiatan yang di laksanakan dengan menyebar berita dalam bentuk pamflet dengan menggunakan media sosial termasuk surat untuk mengikuti PKM yang dapat digunakan kepada semua instansi SD/ MI. Untuk bentuk penyebaran pelaksanaan PKM dapat di lihat pada Gambar 2. Selain itu untuk mengetahui pengetahuan dan pemahaman awal peserta tim PKM telah mempersiapkan instrumen terkait pemahaman peserta tentang materi PKM yang dapat di lihat pada Gambar 3. Hasil dari jawaban semua peserta disimpan yang selanjutnya

dianalisis dan dibandingkan dengan hasil *post-test* setelah mengikuti kegiatan PKM ini. Dalam pengabdian ini diikuti sebanyak 10 guru PJOK SD dan MI di wilayah Kabupaten Indramayu dan Kabupten Cirebon. Dari 10 peserta ini dijadikan peserta yang diambil data *pre-test* dan *post-test* sebagai peserta utama di dalam PKM ini. Selain itu ada 56 mahasiswa yang mengikuti kegiatan PKM ini, sehingga total peserta dalam PKM ini sebanyak 66. Tempat kegiatan di Aula STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu yang beralamat di Jalan Raya Kaplongan No. 28 Karangampel Kabupaten Indramayu.



Gambar 2. Pamplet dan Media Sosial Kegiatan PKM

**Instrumen Pre-Test**  
**Sosialisasi Alat Inovasi Sederhana Indikasi Reaksi (AISIRE) Bagi Guru Sekolah Dasar Sebagai**  
**Pendukung Pembelajaran Pendidikan Jasmani Materi Aksi Reaksi**

- 1) Apakah anda mengajar materi kebugaran jasmani tentang aksi reaksi di sekolah anda?  
 YA  TIDAK
- 2) Jika Ya. Seperti apa materi aksi reaksi dilakukan?. Jika Tidak. Silahkan beri komentar mengapa anda tidak pernah melakukannya.  
.....
- 3) Apakah anda mengetahui apa itu aksi reaksi?  
 YA  TIDAK
- 4) Jika Ya. Apa itu aksi reaksi? Jika Tidak. Silahkan beri komentar mengapa anda tidak mengetahuinya.  
.....
- 5) Apakah anda pernah mendengar atau mengetahui alat untuk mengetahui aksi reaksi?  
 YA  TIDAK
- 6) Jika Ya. Apa nama alat tersebut untuk mengetahui aksi reaksi?. Jika Tidak. Silahkan beri komentar mengapa anda tidak mengetahuinya.  
.....
- 7) Apakah anda pernah mendengar atau mengetahui alat untuk aksi reaksi yang bernama AISIRE?  
 YA  TIDAK
- 8) Jika Ya. Anda mengetahui dari mana dan bagaimana cara menggunakan AISIRE tersebut?. Jika Tidak. Silahkan beri komentar mengapa anda tidak mengetahuinya.  
.....
- 9) Apa kepanjangan dari AISIRE?  
.....
- 10) Apa kegunaan dari AISIRE?  
.....
- 11) Bagaimana cara menggunakan AISIRE?  
.....
- 12) Berapakah jarak tempuh AISIRE untuk siswa laki-laki?  
.....
- 13) Berapakah jarak tempuh AISIRE untuk siswa perempuan?  
.....
- 14) Berapakah validitas dan reliabilitas AISIRE untuk siswa laki-laki?  
.....
- 15) Berapakah validitas dan reliabilitas AISIRE untuk siswa perempuan?  
.....

Gambar 3. Instrumen Kegiatan PKM

## 2. Pelaksanaan

Pelaksanaan dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 18 November 2023. Peserta kegiatan mengikuti materi awal ide AISIRE terbentuk, pembuatan AISIRE, penggunaan dan penilaian AISIRE. Untuk *rundown* kegiatan PKM dapat di lihat pada Tabel 1.

Tabel 1. *Rundown* Kegiatan PKM

Waktu (WIB)	Rangkaian Acara	Keterangan
07.30 - 08.00	Registrasi peserta	Panitia PKM
08.00 - 08.15	Pembukaan Acara	Panitia PKM
08.15 - 08.30	Menyanyikan Lagu Indonesia Raya dan Patriot Olahraga	Panitia PKM
08.30 - 08.45	Doa	Ahmad Syifa
08.45 - 09.00	Sambutan Ketua Prodi PJKR STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu dan Pembukaan Sosialisasi	Dicky Oktora Mudzakir, M.Pd
09.00 - 09.15	Sambutan Ketua Pelaksana PKM	Dr. Agi Ginanjari, M.Pd
09.15 - 11.30	Materi Pembuatan dan Penggunaan AISIRE	Hary Zainal, S.Pd
11.30 - 13.00	Isoma	
13.00 - 14.30	Tanya jawab, pembuatan, praktek, dan penilaian AISIRE	Hary Zainal, S.Pd Dr. Agi Ginanjari, M.Pd
14.30 - 15.00	Penutupan	Panitia PKM

### 3. Evaluasi dan Refleksi

Setelah kegiatan berakhir, tim PKM kembali menyebarkan instrumen kepada setiap peserta untuk mendapatkan hasil *post-test* setelah mengikuti kegiatan PKM. Kemudian hasil dari *pre-test* dan *post-test* dianalisis untuk melihat perbandingan peningkatan hasil *pre-test* dan *post-test* menggunakan perhitungan rata-rata dan persentase dengan bantu *microsoft excel* mengikuti prosedur perhitungan menurut Ginanjari (2021). Untuk penilaian hasil *pre-test* dan *post-test* berdasarkan kepada instrumen pada Gambar 3 yang terdiri dari 15 item tes, sehingga skor maksimal sebesar 15 poin. Untuk mempermudah penilaian dengan menggunakan Penilaian Acuan Patokan (PAP) skala 10 mengikuti prosedur pembuatan PAP menurut Ginanjari (2021). Untuk PAP yang digunakan sebagai acuan penilaian di dalam PKM ini dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. PAP Kegiatan PKM

Persentase	Rentang Nilai	Nilai Angka	Nilai Huruf
100%	15	100	Sangat Paham
90%	14	90	
80%	12-13	80	Paham
70%	11	70	
60%	9-10	60	Cukup Paham
50%	8	50	
40%	6-7	40	Kurang Paham
30%	5	30	
20%	3-4	20	Sangat Kurang Paham
10%	1-2	10	

#### 4. Tindak Lanjut

Tindak lanjut dari kegiatan tim PKM memantau terkait dengan penggunaan AISIRE dalam proses pembelajaran PJOK di masing-masing sekolah. Selain itu, dapat juga mencari permasalahan-permasalahan yang baru dalam pembelajaran PJOK dari setiap sekolah untuk kembali dicari solusi dari permasalahan yang didapat baik dalam penggunaan AISIRE ataupun masalah lainnya yang muncul.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan PKM dapat di lihat pada kumpulan gambar-gambar hasil kegiatan pada Gambar 4 dan secara lengkap dapat di lihat pada [https://drive.google.com/drive/folders/1atG6sOPH0lc\\_4OOuX16pd2qygYD13liH?usp=drive\\_link](https://drive.google.com/drive/folders/1atG6sOPH0lc_4OOuX16pd2qygYD13liH?usp=drive_link). Sedangkan untuk melihat video kegiatan PKM dapat di lihat pada <https://youtu.be/8u3mlcyDIZo> dan <https://www.instagram.com/p/Cz1QP9Zl1Cm/>.

##### 1. Hasil

Berdasarkan kepada hasil *pre-test* dan *post-test* yang didapat dari setiap peserta PKM yang telah dilakukan analisis dari setiap peserta kegiatan mengalami peningkatan. Sesuai dengan penjelasan sebelumnya bahwa yang diambil data *pre-test* dan *post-test* hanya 10 guru PJOK SD dan MI di wilayah Kabupaten Indramayu dan Kabupten Cirebon sebagai peserta utama di dalam PKM ini.



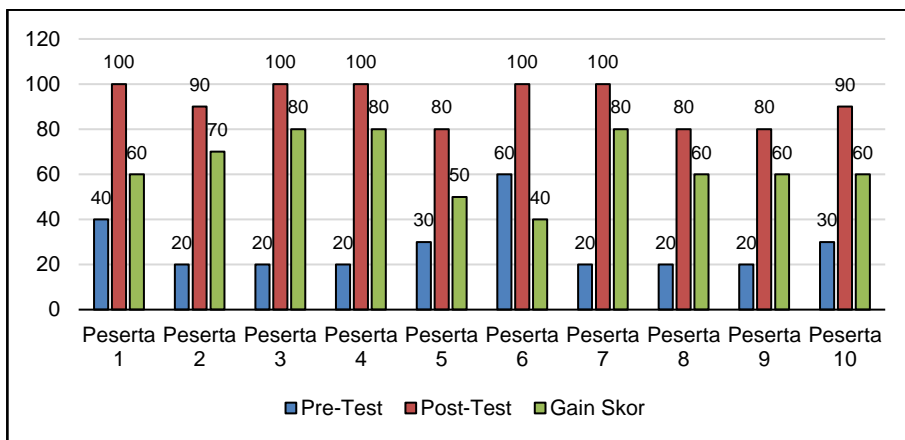
Gambar 4. Kumpulan Gambar-Gambar Kegiatan PKM

Untuk hasil secara keseluruhan rata-rata *pre-test* didapat sebesar 28 masuk kepada tingkat pemahaman sebesar 30% atau kurang paham, rata-rata

*post-test* didapat sebesar 92 masuk kepada tingkat pemahaman sebesar 90% atau sangat paham, dan *gain* skor dari *post-test* dan *pre-test* sebesar 64 dengan tingkat pemahaman meningkat sebesar 60% yang dapat di lihat pada Tabel 3. Untuk hasil yang diperoleh dari hasil *pre-test*, *post-test*, dan *gain* skor dari 10 peserta utama PKM ini dapat di lihat pada Gambar 5.

Tabel 3. Hasil Peningkatan Pemahaman Peserta PKM Secara Keseluruhan

	Penilaian Rata-Rata	Persentase
<i>Pre-test</i>	28	30
<i>Post-test</i>	92	90
<i>Gain</i> Skor	64	60



Gambar 5. Hasil *Pre-Test*, *Post-Test*, dan *Gain* Skor

## 2. Pembahasan

Proses pembelajaran PJOK harus dilaksanakan sebaik mungkin demi tercapainya tujuan dalam proses pembelajaran. Keterbatasan sarana maupun fasilitas pembelajaran bukan sebuah penghalang dalam proses keberlangsungan sebuah pembelajaran. Inovasi dalam sebuah perangkat atau media pembelajaran PJOK menjadi sebuah hal yang sangat penting dilakukan para guru, sehingga siswa terlibat aktif dalam seluruh proses pembelajaran. Kesuksesan proses pembelajaran sangat ditentukan oleh keterlibatan secara aktif para siswa serta kemampuan seorang guru dalam memilih media pembelajaran yang tepat sesuai materi yang disampaikan (Pranata et al., 2021).

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan ini, bertujuan untuk membuat media pembelajaran AISIRE yang dapat membantu

guru dalam proses pembelajaran PJOK berkaitan dengan materi kebugaran jasmani dan juga dapat dijadikan tes dan pengukuran aksi reaksi pada siswa. Kebugaran jasmani merupakan aktivitas fisik yang bertujuan untuk bergerak dan belajar melalui gerak. Sehingga diharapkan secara tidak langsung mempunyai daya tahan tubuh yang baik dan tenaga yang lebih agar tidak menimbulkan kelelahan yang berarti (Mubarok et al., 2022).

Kebugaran jasmani khususnya aksi reaksi harus selalu dikembangkan demi tercapainya kebugaran jasmani para siswa. Tingkat kebugaran jasmani siswa yang erat kaitan dengan kesehatan yang dimiliki seseorang semakin baik kemampuan kebugaran jasmani maka derajat kesehatan tubuh akan semakin baik (Budi et al., 2020).

Kegiatan yang telah dilaksanakan ini memberikan dampak terhadap peningkatan pemahaman guru PJOK SD dan MI sebesar 90% dalam membuat, menggunakan, dan melakukan penilaian AISIRE yang awalnya hanya sebesar 30%. Melalui kegiatan sosialisasi pembuatan media pembelajaran AISIRE ini dapat membantu Guru PJOK SD maupun MI dalam mengembangkan media pembelajaran guna membantu dalam proses belajar-mengajar khususnya materi kebugaran jasmani aksi reaksi, sehingga diharapkan dengan adanya media pembelajaran AISIRE dapat juga meningkatkan minat belajar siswa dalam pembelajaran PJOK.

## **KESIMPULAN**

Hasil kegiatan ini memberikan dampak kepada peningkatan pengetahuan, pemahaman, pembuatan, penggunaan, dan penilaian AISIRE untuk mendukung pembelajaran pendidikan jasmani materi kebugaran jasmani aksi reaksi. Selain itu dari hasil tindak lanjut yang didapat menjadi masukan yang berharga bagi tim PKM terkait dengan penggunaan AISIRE kedepannya serta kembali berdiskusi terkait dengan masalah-masalah lain yang muncul sesuai dengan saran dan masukan dari setiap peserta sebagai guru PJOK untuk dicarikan solusi.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Tim PKM mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Riset, dan Teknologi yang telah memberikan hibah PKM tahap kedua tahun anggaran 2023 pada skema Pengabdian Masyarakat Pemula.

## DAFTAR RUJUKAN

- Badan Standar, Kuriulum, D. A. P. K. R. (2022). *Capaian Pembelajaran Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) Fase A – Fase F untuk SD/MI/Program Paket A, SMP/MTs/Program Paket B, dan SMA/MA/SMK/MAK/Program Paket C*. Kemendikbudristek.
- Budi, D. R., Listiandi, A. D., Widanita, N., & Anggraeni, D. (2020). Edukasi Kesehatan Mengenai Aktivitas Olahraga dan Pola Istirahat Bagi Wanita Usia Dewasa dan Lansia. *Journal Berkarya: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 1–8. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jba.0202.2020.10>
- Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2020). *Buku Panduan Merdeka Belajar - Kampus Merdeka* (1st ed.). Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kemdikbud RI.
- Eckner, J. T., Kutcher, J. S., Broglio, S. P., & Richardson, J. K. (2014). Effect of sport-related concussion on clinically measured simple reaction time. *British Journal of Sports Medicine*, 48(2), 112–118. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2012-091579>
- Ginanjar, A. (2021). *Statistika Terapan Dalam Pendidikan Jasmani & Olahraga: Aplikasi Microsoft Excel & SPSS*. Deepublish.
- Moradi, A., & Esmaeilzadeh, S. (2015). Association between reaction time, speed and agility in schoolboys. *Sport Sciences for Health*, 11(3), 251–256. <https://doi.org/10.1007/s11332-015-0230-4>
- Mubarak, M. Z., Ginanjar, A., & Mudzakir, D. O. (2022). Sosialisasi Aktivitas Kebugaran Jasmani Dalam Meningkatkan Imunitas Tubuh Santri Pesantren Darul Ma'arif Indramayu Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru (New Normal). *Journal Berkarya*, 4(2), 78–87. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jba.0402.2022.11>
- Muhajir. (2021). *Buku Panduan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Pusat Perbukuan Badan Syandar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan Kemendikbudristek.
- Nurhasan, & Cholil, D. H. (2014). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jurusan Pendidikan Kepelatihan FPOK UPI Bandung.
- Permendikbud No. 67. (2013). *Kerangka Dasar dan Struktur Kurikulum Sekolah Dasar / Madrasah Ibtidaiyah*.
- Pranata, K. M. A., Wahjoedi, H., & Lesmana, K. Y. P. (2021). Media Pembelajaran PJOK Berbasis Audio Visual pada Materi Shooting Bolabasket. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 9(2), 82. <https://doi.org/10.23887/jiku.v9i2.37430>
- Setiawan, U., Malik, A. S., Megawati, I., Wulandari, D., Nurazizah, A., Nurjaman, D., Nurhasanah, T., Nuranisa, V., Koswarini, D., Mulyana, & Mandiri, C. (2022). *Media Pembelajaran (Cara Belajar Aktif: Guru Bahagia Mengajar Siswa Senang Belajar)*. Widina Bhakti Persada.

Zainal, H., Kamiarti, R., & Ginanjar, A. (2021). Validity and Reliability of AISIRE to Measure the Reaction Speed of Upper Elementary School Students. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 5(1), 26–33.  
<https://doi.org/10.17509/tegar.v5i1.38742>