

## BAB V

### SIMPULAN DAN REKOMENDASI

#### 5.1 Simpulan

Hasil *literature review* ini menunjukkan bahwa setiap pembelajaran membutuhkan media pembelajaran sebagai penunjang dalam mencapai tujuan dari pembelajaran yang di ajarkan pada seluruh siswa. Maka demikian, peneliti menarik kesimpulan dari 10 Artikel jurnal (*Active: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation* Universitas Negeri Semarang) yang dijadikan bahan untuk di *literasi*, dari 10 artikel tersebut menyatakan bahwa hasil penelitian yang dilakukan menggunakan media pembelajaran dapat meningkatkan keterampilan lompat tinggi pada siswa sekolah dasar.

1. Media pembelajaran yang digunakan tersebut seperti; Tali, kardus, bilah bambu, botol, pralon, lingkaran bambu, ban, tongkat estafet, bola, karet, balok berjenjang serta menggunakan bagian-bagian tubuh (pinggang, perut, dada, punggung) sebagai pengganti tiang.
2. Media pembelajaran yang paling banyak digunakan dari penelitian-penelitian sebelumnya adalah media tali. Media pembelajaran ini ditemukan pada 3 (tiga) jurnal penelitian sebelumnya.
3. Media, cara menggunakan serta kelebihan/kekurangan yang digunakan dalam penelitian sebelumnya:

Tali digunakan dalam permainan Halang rintang sebagai rintangan dari 5 pos yang harus dilewati dengan cara melompatinya tanpa menyentuh tali. Kelebihan media tali ini yaitu: Mempermudah siswa untuk melompat, Sedangkan kelemahannya adalah membutuhkan banyak media tali/karet untuk digunakan sebagai rintangan yang harus dilewati.

Bilah bambu digunakan untuk menggantung bola plastik dan dijadikan sebagai garis start untuk anak melakukan awalan. Kelebihan menggunakan media siswa dapat tertarik mengikuti, bilah bisa mudah dijadikan media dalam permainan. Kelemahannya adalah bilah bambu di kota-kota akan jarang ditemukan karena selain harus membeli, bilah bambu juga harus dibuat dan dimodif dengan warna menarik untuk dijadikan media yang unik.

Botol digunakan sebagai rintangan yang harus dilewati siswa. Kelebihan dari menggunakan media ini adalah tentu akan mempermudah siswa dalam melakukan tugas geraknya. Sedangkan kelemahannya adalah digunakan hanya untuk pelengkap permainan tidak bisa dijadikan tolak ukur dalam meningkatkan pembelajaran lompat tinggi.

Pralon digunakan sebagai penyangga kardus yang ditumpuk untuk mengatur ketinggian sesuai kemampuan siswa. Kelebihan menggunakan media ini digunakan sebagai penyangga kardus yang ditumpuk agar ketika dilewati siswa tidak mudah jatuh. Kelemahan menggunakan media ini yaitu seharusnya paralon digunakan sebagai alat yang harus dilewati siswa bukan hanya sebagai penyangga, hal ini agar media pembelajaran tersebut bisa digunakan menjadi beberapa permainan.

Lingkar bambu digunakan dengan cara siswa harus melompati bambu-bambu yang disusun dengan jarak yang berbeda. Kelebihan dari menggunakan lingkaran bambu dapat mempermudah siswa dalam melakukan lompatan, tidak hanya itu dengan menggunakan lingkaran bambu siswa akan merasa tertarik walaupun dengan jarak yang semakin sulit. Sedangkan kelemahan media lingkaran bambu ini sedikit sulit ditemukan, karena bahan dasarnya adalah bambu.

Lingkar ban digunakan dengan cara siswa harus melompati ban-ban yang disusun dengan jarak yang berbeda. Kelebihan menggunakan media ban ini sangat mudah ditemukan, setiap sekolah biasanya menyajikan ban-ban bekas sebagai media yang digunakan untuk pembelajaran penjasorkes. Sedangkan kelemahannya adalah ban hanya bisa digunakan dengan cara disusun dilantai, untuk mendirikan ban membutuhkan media sebagai penyangga.

Tongkat estafet ini digunakan sebagai alat untuk siswa bergandengan dengan kelompoknya. Selain itu, untuk menghubungkan dengan teman sekelompoknya jika di dalam kelompok tersebut berbeda lawan jenis. Kelebihannya mudah didapat, selain itu dengan tongkat kecil dapat memudahkan siswa untuk melakukan tugas gerak dengan cara bergandengan dengan lawan jenis.. Sedangkan kelemahannya adalah

untuk digunakan sebagai perantara antara siswa satu dengan yang lain untuk siswa kelas bawah mungkin lebih baik menggunakan media karet gelang yang lebih memudahkan untuk digenggam.

Media bola digunakan untuk melempari siswa yang berada dalam lingkaran yang ditentukan. siswa yang didalam menghindari dari lemparan dengan cara melompat, siswa yang terkena bola keluar lapangan. Kelebihan menggunakan media bola setiap sekolah selalu ada, selain itu memudahkan guru dan siswa. Sedangkan kelemahan dalam pembelajaran melompat tentunya harus memperhatikan bola apa yang digunakan. Tidak semua bola bisa digunakan, sebaiknya menggunakan bola yang terbuat dari karet agar tidak mencelakai siswa.

Balok digunakan sebagai pengganti mistar, balok ini disusun kemudian siswa harus melewati setiap balok yang disusun dengan ketinggian dan jarak berbeda. Kelebihan dari menggunakan media ini siswa tidak lagi merasa takut untuk melompat. Sedangkan kelemahannya setiap sekolah tidak semua memiliki media balok, biasanya balok ini digunakan dalam aktivitas senam lantai.

Menggunakan anggota tubuh tujuannya yaitu sebagai pengganti dari alat yang sebenarnya yaitu tiang. Menggunakan pinggang, perut dan dada maksudnya adalah siswa harus mampu melewati ketinggian yang dibuat. Sedangkan punggung digunakan dengan cara anak membungkuk, pertama dengan jongkok, dan kedua seperti rukuk kemudian siswa melewatinya. Kelebihan menggunakan media ini anggota tubuh bisa dijadikan sebagai ukuran ketinggian bagi siswa yang dapat melewatinya, menggantikan tiang yang biasanya digunakan untuk media asli yang kadang sulit untuk membawanya ke lapangan. Sedangkan kelemahannya siswa yang menjadi penjaga atau yang memegang karet untuk menggantikan tiang akan merasa tidak fokus pada pembelajaran ini, selain harus mengatur ketinggian siswa pun mengatur posisi ketinggiannya dengan siswa lain. Hal ini karena semua siswa tidak selalu sama tinggi badannya.

## 5.2 Rekomendasi

Berdasarkan kajian dari hasil-hasil penelitian terdahulu yang peneliti rujuk dari beberapa jurnal, Peneliti memberikan beberapa rekomendasi dan saran setelah melaksanakan serangkaian *Literature Review*, Peneliti berharap rekomendasi serta saran dapat bermanfaat khususnya bagi peneliti dan umumnya bagi pembaca. Berikut rekomendasi dan saran yang akan disampaikan:

1. Bagi peneliti-peneliti yang akan melaksanakan penelitian menggunakan media pembelajaran, harus dapat mengatasi kendala-kendala yang masih terjadi pada saat pembelajaran agar mendapatkan hasil penelitian yang lebih optimal.
2. Bagi guru pendidikan jasmani selalu berusaha untuk memberikan yang terbaik pada saat pembelajaran berlangsung, salah satu alternatif caranya yaitu menggunakan media pembelajaran yang sesuai untuk situasi dan kondisi di lapangan dan siswa yang akan menerima materi. Dari beberapa penelitian-penelitian sebelumnya bahwa dengan menggunakan media pembelajaran sebagai upaya meningkatkan keterampilan lompat tinggi, media yang paling banyak digunakan dalam penelitian yaitu media tali. Dengan menggunakan media disetiap pembelajaran bisa menjadi salah satu cara agar dapat memberikan pembelajaran yang optimal.