

# PENGARUH PEMBELAJARAN LOKOMOTOR

*by* Ruruh Bekti

---

**Submission date:** 15-Mar-2023 12:31AM (UTC+1100)

**Submission ID:** 2036997928

**File name:** EFEKTOR.pdf (108.32K)

**Word count:** 5898

**Character count:** 35801

# **1** PENGARUH PEMBELAJARAN LOKOMOTOR TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK PADA ANAK KELAS I TUNAGRAITA (C1) SLB PUTERA ASIH KOTA KEDIRI

Ruruh Andayani Bekti ; Wasis Himawanto

## **1** ABSTRAK

Pendidikan jasmani yang diberikan pada anak-anak tunagraita masih banyak memerlukan perhatian khusus mengingat mereka mempunyai keterbatasan gangguan dan kekurangan dalam bidang motorik, kecerdasan di bawah rata-rata, gangguan emosi, adaptasi sosial kurang baik, dan kesegaran jasmani kurang baik sehingga kelincahannya juga kurang baik, seharusnya banyak diberikan pembelajaran gerak. Garak dasar yang diberikan pada siswa tunagraita tidak mudah seperti yang dilakukan pada anak-anak normal karena dengan keterbatasan yang dimiliki diharapkan mereka dapat melatih gerak motoriknya, pemilihan pembelajaran lokomotor ini ditekankan pada gerak dasar memindahkan badannya mengingat subjek dalam penelitian ini adalah anak tunagraita sedang (C1) kelas I yang masih mempunyai keterbatasan dalam menirukan gerakan.

Penelitian ini dilatarbelakangi atas pengamatan peneliti di sekolah luar biasa dan memperhatikan kurikulum kelas I anak tunagraita sedang (C1) yang memiliki ciri penekanan pada keterampilan gerak dasar. Gerak dasar yang harus diberikan diantaranya gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif, mengingat dalam penelitian ini adalah anak kelas I yang masih perlu bantuan untuk melakukan gerakan, maka peneliti memilih gerak lokomotor yang bisa disebutkan seperti gerakan berjalan, berlari, dan melompat.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : 1) bagaimana dinamika perkembangan gerak motorik pada anak tunagrahita sedang (C1) kelas I SLB Putera Asih Kota Kediri selama diberikan pembelajaran lokomotor?; 2) bagaimana pengaruh pembelajaran lokomotor terhadap kemampuan motorik anak tunagrahita kelas I (C1) SLB Putera Asih Kota Kediri?. Lokasi penelitian ini adalah di SLB Putera Asih Kota Kediri dengan purposive sampling. Metode penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif dan kualitatif yaitu dengan model campuran.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan bahwa dalam dinamika perkembangan gerak dasar siswa kelas I/C1 SLB Putra Asih Kota Kediri tergambar bahwa selama proses pembelajaran berlangsung, kemampuan penyerapan informasi lambat. Dalam berkomunikasi mereka kurang lancar dan mudah terpengaruh oleh keadaan sekitar. Dalam hal ini faktor inteligensi, kondisi fisik, adaptasi sosial anak, gangguan emosi dan lingkungan sangat berpengaruh. Tidak mudah memberikan keterampilan motorik jika pengajar tidak berlatar belakang pendidikan jasmani. Penelitian Pengaruh Pembelajaran Pengaruh Pembelajaran Locomotor Terhadap Kemampuan Motorik Pada Anak Kelas I Tunagraita (C1) SLB Putera Asih Kota Kediri memberikan pengaruh terhadap perkembangan motorik anak tunagrahita. Hal ini terbukti dengan adanya peningkatan kemampuan motorik anak Tunagrahita selama melaksanakan pembelajaran gerak dasar.

**Kata kunci : Pembelajaran lokomotor, anak tunagraita, gerak motorik**

## **I. PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang**

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari seluruh proses pendidikan yang bertujuan untuk perkembangan fisik, mental dan sosial melalui aktifitas jasmani yang telah dipilih untuk mencapai hasilnya. Pendidikan jasmani yang diajarkan disekolah memiliki peran yang sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik dan membentuk pola hidup sehat sepanjang hayat. Peran pendidikan jasmani tersebut diatas bisa dengan mudah dilakukan pada orang normal yang tidak memiliki keterbatasan dalam segi fisik, mental dan emosional, tapi tidak semua orang memiliki ketiga aspek tersebut dengan sempurna, masih banyak yang memiliki keterbatasan yaitu bagi mereka yang memiliki keterbatasan fisik, mental, dan emosional yang terjadi pada Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Sebagian besar mereka memiliki hambatan dalam merespon rangsangan yang diberikan lingkungan untuk melakukan gerak, menirukan gerak, dan bahkan ada yang memang fisiknya terganggu sehingga tidak bisa melakukan gerakan yang terarah

dengan benar, secara tidak disadari akan berdampak pada perkembangan dan peningkatan kemampuan fisik dan ketrampilan gerakanya.

Sehubungan dengan hal di atas maka program pendidikan jasmani sebagai salah satu mata pelajaran di Sekolah Luar Biasa (SLB) mempunyai arti penting dalam mengembangkan potensi yang masih ada pada anak berkebutuhan khusus. Dalam hal ini program pendidikan jasmani bagi anak berkebutuhan khusus dikenal dengan pendidikan jasmani khusus atau pendidikan jasmani adaptif.

Pendidikan jasmani adaptif yang direncanakan dengan benar dan dikemas sesuai dengan kebutuhan anak, khususnya anak tunagrahita diharapkan akan mampu membentuk kemampuan gerak dasar anak. Terbentuknya kemampuan gerak dasar pada tiap individu anak tunagrahita mempunyai arti yang sangat penting. Seperti diketahui kemampuan gerak dasar lokomotor.

Sasaran penelitian ini adalah anak tunagrahita sedang (*moderate mental retardation*) kelas I sekolah dasar, mengingat anak tunagrahita sedang dalam klasifikasinya merupakan tunagrahita mampu latih (*trainable mentally retarded*) masih bisa menirukan gerakan yang diarahkan. Berbeda dengan tunagrahita ringan yang secara fisik mereka tidak mengalami gangguan. Begitu pula dengan tunagrahita berat dan sangat berat yang memerlukan bantuan perawatan secara total (Somantri, 1986:86).

Pemilihan subjek Siswa kelas I SLB Putera Asih Kota Kediri kerana didalam kurikulum kelas I menekankan pada kompetensi gerak dasar lokomotor. Kompetensi dasar pada kurikulum Pendidikan Jasmani adaptif, khususnya tunagrahita sedang kelas I SLB memiliki ciri-ciri yang menekankan pada keterampilan gerak dasar diantaranya gerak lokomotor.

Atas dasar latar belakang diatas, maka timbul pertanyaan : 1). Bagaimana dinamika perkembangan gerak motorik pada siswa tunagrahita sedang (C1) kelas I SLB Putera Asih Kota Kediri selama diberikan pembelajaran lokomotor; 2). Bagaimana pengaruh pembelajaran lokomotor terhadap kemampuan motorik Siswa Tunagrahita kelas I (C1) SLB Putera Asih Kota Kediri.

### Metode Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif dan kualitatif yaitu dengan model campuran. Dalam model ini peneliti menggunakan kedua metode secara terintegrasi (Creswell, 2003 dalam Maksum, 2009: 14). Penelitian kuantitatif dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian pembelajaran gerak lokomotor terhadap perkembangan motorik anak tunagrahita-sedang (C1) kelas I, dengan desain menggunakan "Repeated-Treatment Design" (Maksum, 2012: 101). Untuk penelitian kualitatif bertujuan menemukan, memahami, menjelaskan, dan memperoleh gambaran perkembangan gerak lokomotor untuk anak tunagrahita kelas I SLB Putera Asih Kota Kediri. Melalui pendekatan tersebut, peneliti dapat mengetahui bagaimana pengaruh pemberian pembelajaran gerak lokomotor terhadap anak tunagrahita sedang.

## 2. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Tahap Persiapan

Pada tahap pertama yaitu persiapan, peneliti melakukan: (1) izin penelitian, (2) kondisi sekolah, (3) proses belajar mengajar, (4) pendekatan peneliti dengan anak tunagrahita

#### 1. Izin Penelitian

Untuk memilih dan menentukan tempat penelitian, peneliti sengaja mencari tempat yang dekat dengan tempat tinggal peneliti, karena data dan informasi mudah didapat dan dipercaya. Secara tidak resmi, sebelumnya peneliti melakukan observasi ke SLB di Kota Kediri. Akhirnya Peneliti menentukan SLB Putra Asih Kota Kediri sebagai tempat penelitian, dengan alasan SLB ini merupakan satu-satunya SLB di Kota Kediri yang penentuan kelasnya berbeda maksudnya antara kelas Tunagrahita sedang (C1), Tunagrahita ringan (C) dan Tunarungu dibedakan jadi untuk penelitian di SLB tersebut bisa dilaksanakan secara maksimal.

Setelah menerima surat pengantar dari ketua lemlit UNP Kediri, maka peneliti langsung menghadap kepala sekolah SLB Putra Asih Kota Kediri dan menyerahkan proposal penelitian.

Dari informasi kepala sekolah, menjelaskan bahwa kepala SLB Putra Asih Kota Kediri pada dasarnya tidak keberatan sekolahnya dipakai sebagai tempat penelitian. Serta diharapkan untuk dapat memberikan kontribusi model pembelajaran baru khususnya untuk gerak dasar anak Tunagrahita kelas

awal (kelas I, II, III). Selanjutnya penelitian dapat dilaksanakan setelah mengatur jadwal dengan Ibu Nurhayati selaku guru wali kelas I.

## 2. Kondisi Sekolah.

Setelah mendapat izin penelitian oleh kepala SLB Putra Asih Kota Kediri, peneliti melakukan observasi kondisi sekolah. Diperoleh informasi sebagai berikut :

- a. Gedung sekolah SLB Putra Asih Kota Kediri beralamatkan di Jalan Medangkamolan No.1 Kota Kediri. Terdapat 9 ruang kelas yang nama dibagi atas kelas SD (6kelas), SMP (1 kelas), dan SMA (1 kelas) tunagraita sedangkan ruang kepala sekolah dan ruang guru (1 kelas) dimana di ruang tersebut terdapat juga ruang perpustakaan, ruang tunggu. Pembangunan gedung di SLB Putra Asih tidak hanya untuk kelas tunagraita sedang saja tetapi juga ada gedung tunagraita ringan dan tunarungu, sehingga masih tersisa halaman sekolah yang luas untuk berolahraga tepatnya berada ditengah antara gedung-gedung tersebut. Bel tanda masuk berbunyi pada pagi hari pukul 07.30 WIB. Mereka Melakukan senam pagi bersama-sama di halaman sekolah sampai pukul 08.00 WIB. Setelah melakukan senam, semua guru berdiri berderet di depan para siswa. Anak-anak langsung berjalan bergiliran untuk bersalaman terhadap Bapak/Ibu guru. Setelah semua guru disalami, anak-anak langsung masuk ke kelas masing-masing. Barulah Proses belajar mengajar dimulai.
- b. Ruang bermain di sekolah SLB Putra Asih memanfaatkan 2 tempat, yaitu ruang bermain berukuran 6 meter x 6 meter berlantai keramik dan halaman sekolah berlantaikan tanah.
- c. Ruang Kantor kepala sekolah berukuran 6 meter x 7 meter yang juga dijadikan sebagai ruang guru, perpustakaan dan administrasi sekolah SLB Putra Asih.
- d. Ruang tunggu orang tua, bertempat di antara ruang kelas dengan ukuran 6 meter x 8 meter, sebagai tempat ruang tunggu bagi orang tua ABK selama proses belajar mengajar.
- e. Mushola berada di sebelah barat ruang kelas dengan ukuran 5 meter x 5 meter. Mushola ini juga digunakan sebagai tempat proses belajar mengajar agama Islam.

Secara umum kondisi sekolah SLB Putra Asih sudah cukup baik, sehingga dalam proses belajar mengajar di sekolah ini cukup nyaman.

## 3. Kondisi belajar mengajar

Dalam proses belajar mengajar di SLB Putra Asih, lebih memfokuskan pembelajaran pendidikan sesuai silabus dan RPP. Pembelajaran pendidikan yang diberikan seperti mengenal nama sendiri, nama orang tua, mempelajari warna, huruf dan angka. Selain itu ada materi khusus yang diberikan untuk memperbaiki sikap anak. Khususnya tunagrahita yang memiliki kelainan sikap yang berbeda dengan anak normal. Sikap anak tunagrahita seperti tidak bisa duduk dengan tenang, suka memukul, suka mencubit, menyembunyikan barang-barang temannya, dan mengganggu orang disekitarnya maka diberikan materi terkait memperbaiki sikap anak. Terkait motorik, disekolah SLB Putra Asih lebih menekankan pelajaran yang dapat dilaksanakan secara bersama-sama. Seperti senam, jalan-jalan atau lari ke tanah lapang, bermain bola di halaman sekolah, melompati matras, dll. Pembelajaran yang mencakup gerak dasar secara individual terhadap siswa sangatlah kurang dikarenakan terbatasnya tenaga guru yang ada. Seperti yang disampaikan oleh kepala sekolah: Di SLB Putra Asih ini terdapat 9 guru PNS dan dibantu 1 guru GTY. Semuanya tidak ada yang berlatar belakang pendidikan S1 penjas, sehingga guru yang memberikan mata pelajaran penjas saling bergantian memimpin untuk melakukan olahraga. Untuk mengantisipasi itu, para guru berusaha mempelajari buku-buku tentang pendidikan jasmani dan olahraga. Pembelajaran penjas di SLB Putra Asih dilaksanakan setiap hari Selasa dan Jumat.

Dalam pengamatan peneliti saat pelaksanaan senam, ABK terutama Tunagrahita, cenderung melakukan gerakan tidak seperti yang dicontohkan. Mereka memiliki dunia sendiri, bergerak sesuai keinginannya, terkadang mengganggu teman disamping kiri kanan mereka. Peranan guru pendamping disini adalah mendampingi anak tersebut dalam bergerak, apabila anak tersebut tidak bergerak maka guru pendamping membantu untuk menggerakkan anggota badannya seperti tangan, kepala, badan dan kaki untuk mengikuti gerakan yang di contohkan instruktur. Apabila mulai iseng dengan teman disekelilingnya, maka guru pendamping akan segera melerai dan membantu anak untuk berkonsentrasi melakukan gerakan senam seperti yang dicontohkan.

## 4. Pendekatan peneliti dengan anak Tunagrahita.

Anak Tunagrahita sebagai subyek dalam penelitian ini sangat berbeda dengan anak normal pada umumnya ,dimana anak tersebut dalam berinteraksi sosial sangatlah kurang. Seperti informasi yang diperoleh dari wali kelas I/C1 bahwa cukup sulit untuk bisa bersama di lingkungan anak Tunagrahita, mereka tidak dapat berinteraksi dengan baik dan sangat susah untuk menerima orang asing di sekitarnya. Biasanya diam saja, cuek, menghindar atau bahkan jahil.

Keterbatasan dalam berinteraksi dengan orang lain sangat berpengaruh dalam proses pengambilan data. Saat peneliti berada di lokasi penelitian, karakteristik mereka berbeda-beda. Mereka cenderung menghindar, tapi peneliti berusaha mencari penyebabnya. Berkoordinasi dengan Guru kelas cukup berperan dalam awal pengenalan. Butuh waktu untuk dapat dekat dan berinteraksi dengan anak-anak, tidak dapat dilakukan dengan satu hari, bahkan membutuhkan waktu berhari-hari untuk berada di lingkungan mereka.

Dari keenam anak yang menjadi sampel penelitian memiliki perbedaan tersendiri dalam pendekatan.

- a. Anak 1 berjenis kelamin perempuan. Hari pertama 29 April 2014 saat bertemu dengan peneliti anak terlihat ada respon dan mau diajak berbicara seputar kegiatan dia makan pagi sampai di tanyakan namanya. Hari kedua 2 Mei 2014 dia mulai mau berbicara walaupun sebentar, hari ketiga tanggal 6 Mei 2014, peneliti mencoba mencuri perhatian dari anak dengan memotretnya dan dia mulai tertarik. Ini dapat dilihat dari keinginannya untuk selalu difoto. Menurut, wali kelasnya: Anak 1 merupakan anak yang respon di kelas dibanding anak yang lain karena sebenarnya dia dulunya sekolah di SD siswa normal karena tidak dapat mengikuti pelajaran dengan benar akhirnya dimasukkan di SLB, untuk berkomunikasi dia sangat bisa menjawab pertanyaan guru, tetapi dalam hal pengenalan membaca, menggambar, menulis sangat kurang, dia cenderung pendiam tetapi selalu memperhatikan sesama temannya.
- b. Anak 2, perempuan. Hari pertama 29 April 2014 saat bertemu dengan peneliti anak tersebut takut dan menghindar. Kontak mata terjadi beberapa detik saat guru kelas mengenalkan peneliti. Selanjutnya anak berlari menghindar. Peneliti mencoba memanggil namanya akan tetapi tidak dihiraukan oleh anak tersebut. Peneliti berusaha mendekati, tapi dia terus menghindar. Begitu juga di hari kedua 2 Mei 2014 dia tidak pernah merespon apa yang saja tanyakan, pandangannya selalu kosong tidak pernah fokus dan selalu di dampingi orang tuanya , sehingga butuh perlindungan. Hari ketiga tanggal 6 Mei 2014, Anak 2 juga tidak bisa merespon dengan peneliti, apalagi disebut namanya tidak pernah menoleh ditanya apapun tidak pernah menjawab. Menurut wali kelasnya: Anak 2, merupakan anak yang paling tidak fokus, untuk berkomunikasi saja sangat kurang apalagi menerima pelajaran, jadi perlu perhatian khusus apalagi dia tergantung dengan orangtuanya, untuk berlari saja atau menirukan gerakan guru harus di arahkan berulang-ulang dan dibantu orangtuanya. Dia masih suka menyendiri dan pandangannya kosong.
- c. Anak 3, jenis kelamin laki-laki. Hari pertama 29 April 2014 saat bertemu dengan peneliti anak tersebut cuek. Kontak mata terjadi beberapa detik saat guru kelas mengenalkan peneliti. Sepertinya dia pengen menyapa peneliti tetapi masih malu. Peneliti mencoba memanggil namanya juga mendapat respon. Hari kedua 2 Mei 2014 saat ditanya namanya dia mulai mau menjawab pertanyaan peneliti walaupun dengan suara yang kurang jelas. Hari ketiga tanggal 6 Mei 2014, Anak 3 sudah berani berinteraksi dengan peneliti, disapa juga ada respon, tetapi sulit berbicara, sehingga kurang dapat berkomunikasi. Perintah yang ditujukan kepadanya harus secara jelas. Menurut wali kelas : anak 3 ini sebenarnya pemalu tetapi sudah sapat di ajak komunikasi tetapi dalam merangkai kata masih sulit dan perlu memberikan contoh atau di ajak komunikasi yang lebih banyak, dia sangat cuek dengan teman dikelasnya tetapi dalam hal perintah anak 3 masih bisa merespon.
- d. Anak 4, jenis kelamin perempuan, pada hari pertama tanggal 29 April 2014 saat bertemu dengan peneliti anak 4 ketakutan dan cenderung memegang baju guru kelasnya, pendiam dan sulit diajak komunikasi. Pada hari kedua tanggal 2 Mei 2014 anak 4 tetap saja penakut dan sulit diajak komunikasi apalagi di panggil namanya cenderung tidak merespon, pada hari ketiga tanggal 6 Mei 2014 anak 4 sudah mulai berani tetapi tetap saja tidak bisa diajak komunikasi, dia hanya mendekati di teman-temannya tidak mau menyendiri. Peneliti berusaha mendekati dengan bertanya seputar

kegiatannya pagi ini, tapi dia hanya diam dan memalingkan muka. Menurut wali kelasnya: Anak 4 merupakan anak yang pendiam. Apabila ada sesuatu yang menarik perhatiannya, dia hanya tersenyum. Dalam berkomunikasi dia kesulitan karena keterbatasannya dalam berbicara. Dia sering melamun, sehingga konsentrasinya agak terganggu, dan cenderung penakut.

- e. Anak 5 berjenis kelamin perempuan, hari pertama tanggal 29 April 2014 peneliti mencoba mendekati tetapi tidak ada respon tetapi dipanggil nama nya bisa merespon dan cenderung pemalu. Hari kedua tanggal 2 Mei 2014 anak 5 sudah mulai mendekat ke peneliti apalagi tersenyum apabila dipanggil namanya, tetapi bila di ajak berkomunikasi masih sulit untuk menjelaskan dan cenderung pendiam dan pemalu, anak 5 ada kecenderungan ada kelainan ganda dalam berjalan masih ada kesulitan, hari ketiga tanggal 6 Mei 2014 anak 5 mulai bisa merespon pertanyaan peneliti, apalagi dipanggil namanya, tetapi dalam komunikasi masih belum jelas. Menurut wali kelasnya : anak 5 cenderung pemalu dan pendiam tetapi kalau diberi penjelasan atau di tanya sedikitnya bisa merespon tetapi dia cenderung kesulitan untuk berjalan karna mempunyai kelainan ganda.
- f. Anak 6 kelamin perempuan, hari pertama tanggal 29 April 2014 anak 6 cenderung aktif tetapi tidak bisa merespon pertanyaan, tidak ada fokus selalu menghindar cenderung sulit diarahkan apalagi dengan gurunya. Hari kedua tanggal 2 Mei 2014 peneliti mencoba untuk menyapa dengan memanggil namanya tetapi tetap tidak ada respon dan cenderung menghindar tetapi dalam hal komunikasi bicaranya banyak tetapi tidak bisa dipahami, hari ketiga tanggal 6 Mei 2014 peneliti tetap merasa kesulitan untuk mendekati anak 6. Menurut wali kelas : anak 6 cenderung aktif tetapi masuknya di SLB terlambat karena masuk sudah usia 10 tahun jadi untuk diarahkan guru tidak pernah merespon cenderung semauanya sendiri, diajak komunikasi juga sulit, tidak ada respon dan perkataannya sulit untuk diarahkan.

Melalui pendekatan yang dilakukan oleh peneliti kepada anak Tunagrahita sebagai sample penelitian, maka sangat membantu dalam proses pengambilan data. Keberadaan peneliti dalam lingkungan anak Tunagrahita dapat diterima dan memperoleh perhatian dari mereka.

## B. Kondisi Motorik Siswa.

Paparan data wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada wali kelas mengenai gerak dasar anak tunagrahita sedang, sebagai berikut:

Peneliti :

Bagaimana menurut pendapat ibu mengenai kondisi siswa-siswi Tunagrahita terkait dengan gerak dasarnya?

NH tanggal 29 April 2014:

Gangguan motorik yang dialami anak tunagrahita adalah keseluruhan. Ini terjadi karena yang kena adalah otak yang juga mengakibatkan syaraf terganggu. Bukankah gerakan terjadi akibat perintah dari otak. Kalau otaknya terganggu kan otomatis gerak yang dihasilkan juga terganggu. Ketika kita memberikan respon atau perintah yang berkaitan dengan gerakan motorik, terkadang anak tidak dapat merespon dengan baik.

Paparan data tentang kondisi gerak dasar juga di sampaikan oleh NH sebagai berikut : Anak Tunagrahita memiliki kelemahan dalam segala hal. Gerak dasar yang dilakukan anak Tunagrahita cenderung lambat dan kurang baik saat merespon sesuatu. Membutuhkan bantuan secara langsung agar dia memahami gerakan yang harus dilakukan. Saat kita memberikan perintah, anak cukup lambat dalam memahami perintah yang diberikan. Gerak dasar yang benar sangat dibutuhkan anak Tunagrahita. Pengalaman gerak yang benar sangat dibutuhkan untuk mempermudah mereka mengarungi hidup ini. Seperti halnya berjalan, dia harus berjalan dari rumah ke sekolah. Pada saat berpakaian dia juga perlu bisa mengancingkan bajunya sendiri. Oleh karena itu gerak dasar yang benar sangat perlu diberikan kepada mereka.

Dari paparan di atas dan pengamatan secara langsung terhadap anak Tunagrahita maka pertumbuhan fisik anak Tunagrahita rata-rata tidak mengalami gangguan bahkan cenderung normal, hanya saja terkadang wajah mereka mongoloid. Mental atau intelegensi lebih rendah di bandingkan dengan anak normal pada umumnya, ternyata hal itu membawa dampak pada kemampuan motorik anak Tunagrahita. Kondisi tersebut dapat disebabkan adanya gangguan pada otak mereka. Oleh karena itu anak Tunagrahita

pada umumnya memiliki kecakapan motorik yang lebih rendah dibandingkan dengan kelompok anak sebayanya, seperti yang disampaikan oleh NH: perkembangan motorik anak Tunagrahita sangat kami perhatikan, tetapi tidak sampai detail. Kita memberikan tambahan gerak setiap hari, setiap minggu dan setiap semester. Setiap jam penjas pagi hari, mereka kita berikan materi senam dan bergerak.

Sesuai dengan pernyataan hasil wawancara di atas dan juga pengamatan peneliti pada saat di lapangan maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Anak 1 : Anak masih bisa diperintahkan karena anak ini mempunyai kecenderungan bisa diajak komunikasi dan bisa diarahkan untuk menirukan gerakan.
2. Anak 2 : Anak sulit memahami perintah yang diberikan oleh peneliti. Karena anak sulit untuk berkonsentrasi dan cenderung tidak fokus.
3. Anak 3 : Anak cukup baik dalam memahami perintah yang diberikan oleh peneliti. Tetapi anaknya pendiam dan suka melamun, sehingga mempengaruhi konsentrasi.
4. Anak 4 : Anak sulit memahami perintah yang diberikan oleh peneliti, anaknya pendiam, pemalu, sulit berkomunikasi dan suka melamun, sehingga mempengaruhi konsentrasi.
5. Anak 5 : Anak bisa diarahkan tetapi karena keterbatasan gerak di kakinya yang dobel kelainan maka diberikan contoh gerakan masih bisa menirukan biarpun sulit.
6. Anak 6 : Anak sulit diarahkan dan cenderung untuk menirukan gerakan masih butuh kesabaran, karena untuk diajak komunikasi masih sulit menerima

### C. Proses Perlakuan Gerak Dasar

Setelah melakukan inventarisasi atas masalah-masalah yang dialami anak Tunagrahita khususnya mengenai motorik, sehingga teridentifikasi masalah yang sangat dibutuhkan bagi anak Tunagrahita yaitu pembelajaran gerak dasar. Dikarenakan aspek gerak dasar merupakan fundamental atau dasar motorik anak.

Dalam penelitian ini proses perlakuan gerak dasar diberikan atau dilakukan setelah tes awal dan sebelum tes akhir. Tujuan dari hal tersebut adalah untuk melihat sejauh mana perkembangan gerak motorik anak setelah dilakukan pembelajaran atau perlakuan tentang gerak dasar. Materi-materi yang diberikan dalam perlakuan tersebut adalah: Dilakukan perlakuan kepada masing-masing anak yaitu 1). Berjalan melewati balok titian; 2). Berjalan jinjit dengan tangan dipinggang; 3). Lari zig-zag; 4). Melompat sambil menyentuh balon; 5). Lompat tali.

Sebelum proses pelaksanaan perlakuan atau pembelajaran gerak dasar pada anak Tunagrahita, maka peneliti membuat jadwal penelitian terlebih dulu. Selain itu peneliti harus sabar dalam melaksanakan perlakuan tersebut karena dalam pelaksanaan penelitian selalu didampingi wali kelas, karena anak tidak langsung paham maksud dan tujuan dari perintah yang diberikan. Dilakukan secara berulang-ulang sampai anak mengerti. Akan tetapi anak juga dapat lupa dengan perintah yang telah diberikan sebelumnya, apabila tidak diberikan secara berkelanjutan. Untuk menyampaikan perintah yang diberikan harus disesuaikan dengan karakter anak tersebut.

Pelaksanaan pengambilan data dilakukan selama 11 kali pertemuan, sebelum ada perlakuan dilakukan tes awal (*Pretest*), setelah itu dilakukan perlakuan, kemudian dilakukan tes akhir (*Posttest*), yaitu dengan lompat jauh tanpa awalan, untuk tes gerak dasar lokomotor, sedangkan data yang diambil adalah data yang paling baik dari ketiga pengulangan tersebut. Setelah mendapatkan data kuantitatif, data akan dinarasikan dalam bentuk kualitatif. Berikut adalah paparan proses pelaksanaan perlakuan gerak dasar:

#### 1. Tes awal dan akhir

Pada tahapan ini peneliti mengambil data Tes sebelum siswa mendapatkan perlakuan atau pembelajaran dari peneliti. Yang dilaksanakan pada tanggal 9 Mei 2014 untuk tes dan tanggal 17 Juni 2014 untuk tes akhir. Peneliti tidak hanya mengenalkan perintah kepada anak Tunagrahita. Akan tetapi juga berulang kali memberikan contoh supaya mengerti dan paham maksud dari gerakan yang dilakukan tersebut. Tempat pelaksanaan di halaman dan ruang bermain SLB Putra Asih. Adapun Tes yang dilakukan adalah Lompat Jauh Tanpa Awalan.

Untuk melakukan lompat jauh tanpa awalan, mereka masih kesulitan. Berulang kali peneliti memberikan contoh. Peneliti dan wali kelas harus menuntun mereka satu persatu. Anggota peneliti disini membantu dalam pengambilan dokumentasi.

- a) Anak 1. Untuk berdiri di belakang garis saja, Anak 1 sudah bisa diperintahkan dan tidak memerlukan waktu lama. Peneliti dan wali kelas dengan sabar membimbingnya supaya berada dibelakang garis yang sudah di tentukan sebelum ia melakukan lompatan.
- b) Anak 2. Perlu bimbingan yang sabar karena untuk fokus terhadap perintah masih kurang. Peneliti dan wali kelas harus memberikan contoh secara berulang-ulang, untuk mengayun kedua tangan supaya mendapat hasil lompatan yang jauh.
- c) Anak 3. Bisa menerima arahan dari peneliti dan wali kelas. Dengan sabar peneliti memberikan petunjuk dan arahan kepadanya.
- d) Anak 4. Seperti dengan Anak 2, Anak 4 masih memerlukan bimbingan dan bantuan dari peneliti untuk menempatkan kakinya di belakang garis.
- e) Anak 5. Sudah bisa menerima perintah tetapi keterbatasan kelainan ganda maka harus sabar dalam memberikan contoh.
- f) Anak 6. Masih perlu pengulangan dan kesabaran karena anak 6 sulit diarahkan dan cenderung semaunya.

Data tes awal lompat jauh tanpa awalan yang diperoleh dapat dilihat dalam tabel 4.1 sebagai berikut:

*Tabel 4.1. Data Tes awal Lompat Jauh Tanpa Awalan*

NAMA	Ulangan 1	Ulangan 2	Ulangan 3	Nilai tertinggi
Anak 1	21 cm	36 cm	42 cm	42 cm
Anak 2	12 cm	-	-	12 cm
Anak 3	34 cm	36 cm	47 cm	47 cm
Anak 4	-	15 cm	9 cm	15 cm
Anak 5	25 cm	15 cm	21 cm	25 cm
Anak 6	12 cm	27 cm	-	27 cm

Data tes akhir lompat jauh tanpa awalan yang diperoleh dapat dilihat dalam tabel 4.2 sebagai berikut:

*Tabel 4.2. Data Tes akhir Lompat Jauh Tanpa Awalan*

NAMA	Ulangan 1	Ulangan 2	Ulangan 3	Nilai tertinggi
Anak 1	38 cm	47 cm	41 cm	47 cm
Anak 2	11 cm	-	15 cm	15 cm
Anak 3	36 cm	51 cm	50 cm	51 cm
Anak 4	12 cm	15 cm	9 cm	15 cm
Anak 5	17 cm	28 cm	21 cm	28 cm
Anak 6	14 cm	-	29 cm	29 cm

## 2. Perlakuan

Pembelajarandilakukan pada tanggal 9 Mei 2014 sampai dengan tanggal 13 Juni 2014. Pembelajaran gerak dasar ini dilakukan di dalam ruang dan di halaman kelas SLB Putra Asih.

### 1. Berjalan melewati balok titian

- a) Anak 1. Sekali-kali jatuh saat melewati balok titian. Tapi dia ingin selalu mencoba. Dia mengulang berkali-kali, dan hasilnya bagus, dia bisa menyelesaikan seluruh rangkaian balok titian. Selama pembelajaran berlangsung, dia selalu menyelesaikannya biarpun berjalan pelan-pelan sesekali dia minta dipegangi tetapi tetap bisa menyelesaikannya sampai finish. Dia selalu memperhatikan arahan wali kelas maupun peneliti.



- b) Anak 2. Seringkali kehilangan keseimbangan, sering kali dia terjatuh namun dia dapat mengantisipasi dengan cara berhenti dan menyeimbangkan dengan kedua tangannya, sering kali minta bantuan orangtua dan wali kelas karena cenderung tidak fokus dan melamun. Terkadang tidak bisa menyelesaikan sampai finish.
- c) Anak 3. Tanpa banyak bicara, Anak 3 berjalan dengan membentangkan tangannya sambil sesekali akan jatuh, tapi dia dapat melewatinya. Pelan tapi pasti, membuat dia berhasil berjalan dari awal hingga akhir.
- d) Anak 4. Karakteristik Anak 4 hampir sama dengan Anak 2. Dia anak yang pendiam. Anak 4 berjalan dengan bantuan orangtua maupun wali kelasnya karena karakter dia yang pemalu dan sulit berkomunikasi. Dia sering tidak menyelesaikan sampai finis dan bahkan sambil dibujuk untuk melakukan gerakan tersebut.
- e) Anak 5. Mempunyai rasa ingin mencoba yang tinggi, tetapi karena keterbatasan kekurangan ganda dia sering kali terjatuh tetapi dengan pelan-pelan dia bisa menyelesaikan sampai finis. Dan harus di bantu orangtua dan wali kelas.
- f) Anak 6. Cenderung sering terjatuh dalam melakukan gerakan ini karena sering semaunya sendiri, peneliti dan wali kelas harus sabar dan pelan-pelan membimbing terkadang juga terjatuh tetapi mau untuk mengulang.
2. Berjalan jinjit dengan tangan dipinggang
- a) Anak 1. Cenderung bisa melakukan karena apa yang dicontohkan peneliti atau wali kelas dia bisa langsung melakukan, tidak ada kesulitan untuk anak 1 ini.
- b) Anak 2. Masih perlu kesabaran karena untuk menirukan gerakan yang baru diterima perlu diulang-ulang, tetapi anak 2 bisa melakukan gerakan tersebut terkadang juga dibantu orangtuanya.
- c) Anak 3. Tidak ada permasalahan dalam menitukan contoh dari peneliti, anak 3 sudah benar dalam melakukan gerakan jalan jinjit.
- d) Anak 4. Cenderung pemalu untuk gerakan ini masih dibantu orangtuanya terkadang harus dibujuk untuk mau melakukannya, perlu kesabaran untuk anak 4.
- e) Anak 5. Mempunyai keinginan yang tinggi dan tetap kesulitan dalam melakukan gerakan karena faktor kekurangannya, untuk gerakan ini terkadang harus dibantu wali kelas dan orangtuanya. Sese kali dengan disertai berlari.
- f) Anak 6. Tetap saja semaunya dalam gerakan ini masih perlu kesabaran karena dia sulit untuk dikendalikan dan bahkan peran orang sangat membantu untuk bersedia melakukannya.
3. Lari zig zag
- a) Anak 1. Untuk berlari zig zag anak 1 harus diberikan contoh beberapa kali karena anak tunagraita dalam melakukan lari hanya bisa dengan lari lurus, karena perlakuan ini menggunakan lari zig zag maka untuk ini perlu kesabaran, anak 1 cukup bisa melakukan gerakan tersebut.
- b) Anak 2. Karena anak 2 kurang fokus maka dalam melakukan gerakan ini perlu bantuan orangtua, terkadang anak 2 lari lurus tanpa memperhatikan arahan wali kelas dan peneliti. Sese kali hanya berjalan dengan pandangan kosong.
- c) Anak 3. Tidak ada permasalahan justru dengan diberikan contoh sekali saja anak 3 bisa melakukan lari zig zag.
- d) Anak 4. Tetap memerlukan pengulangan yang berulang-ulang karena cenderung pemalu dan harus dibantu orang tua atau wali kelasnya, terdasang berlari zig zag nya dengan memegang orangtuanya baru mau melakukan, sese kali juga melakukannya dengan berjalan.
- e) Anak 5. Seperti halnya anak 4 masuk perlu bantuan orangtua atau wali kelas, melakukan lari juga masih lurus tanpa memperhatikan arahan peneliti, tetapi bisa sedikit-sedikit lari zig zag yang terkadang berlari lurus.
- f) Anak 6. Masih belum memperhatikan arahan peneliti, dia masih suka semaunya untuk berlari, terkadang juga berlari lurus, sese kali dia bisa lari zig zag tetapi perlu pengulangan yang sering yang dibantu wali kelas.
4. Melompat sambil menyentuh balon

- a) Anak 1. Sangat antusias dalam melakukan gerakan ini, bahkan cenderung menyukainya, apa yang diarahkan peneliti langsung bisa dilakukan dengan mudah.
  - b) Anak 2. Pada gerakan sebelumnya harus diarahkan secara berulang-ulang tetapi dalam gerakan ini anak 2 tidak mengalami kesulitan dan bahkan bisa mandiri tanpa bantuan orangtua maupun wali kelas.
  - c) Anak 3. Tidak ada kendala yang berarti, apa yang diarahkan peneliti langsung bisa dilakukan tanpa mengalami kesulitan dan bahkan sangat antusias.
  - d) Anak 4. Masih saja memerlukan bantuan orangtua dalam melakukan gerakan karena cenderung penakut, tapi sesekali bisa meraih balon tersebut
  - e) Anak 5. Tidak ada permasalahan yang berarti karena anak 5 cenderung memiliki rasa ingin tau yang tinggi, sesekali juga dibantu orangtua dan wali kelas.
  - f) Anak 6. Karena kedewasaannya anak 6 cenderung antusias meraih balon tetapi terkadang seandainya sendiri sesekali arahan peneliti diabaikan berlari kesana kemari.
5. Lompat tali
- a) Anak 1. Untuk melompat tali anak 1 masih perlu arahan berulang-ulang karena memiliki rasa kehati-hatian anak 1 cenderung takut melakukannya, tetapi dengan bantuan wali kelas dan peneliti anak 1 bisa melakukannya.
  - b) Anak 2. Perlu pendampingan yang lebih karena anak 2 tidak memiliki fokus dan cenderung melamun terkadang anak 2 tidak bersedia melakukannya, tetapi dengan bantuan orang tuanya anak 2 sesekali bersedia bahkan dengan tumpuan satu kaki.
  - c) Anak 3. Tidak ada permasalahan yang berarti karena apa yang diarahkan peneliti dan wali kelas dia bisa melakukannya dengan mudah.
  - d) Anak 4. Masih seperti gerakan sebelumnya anak 4 masih dibantu orangtua terkadang juga tidak mau melompat karena ketakutan.
  - e) Anak 5. Melakukan gerakan melompat ini juga masih memerlukan bantuan orang tua karena keterbatasan ganda untuk melompat terkadang dia tidak bersedia tetapi dengan kesabaran pelan-pelan bersedia biarpun dengan kaki satu menumpu.
  - f) Anak 6. Tetap saja seandainya untuk gerakan ini terkadang menggunakan satu kaki tetapi juga dengan dua kaki, anak 6 masih sering berlari tidak terarah. Sesekali bersedia melompat tetapi dengan bantuan orangtua.

#### D. Hasil Temuan Pelaksanaan Penelitian

Hasil tes menunjukkan bahwa masing-masing anak memiliki pola perkembangan yang berbeda sesuai dengan potensi masing-masing anak. Perkembangan lompat jauh tanpa awalan secara umum, mereka cukup bagus. Perhatikan keterangan dibawah ini :

Dibawah ini merupakan hasil tes lompat jauh tanpa awalan secara keseluruhan. Supaya lebih jelas, dibawah ini juga disertakan grafik untuk mempermudah pembaca memahami hasil tes. Data yang diperoleh ditunjukkan dalam tabel 4.3 berikut:

Tabel.4.3 . Hasil Tes Lompat Jauh tanpa Awalan

NAMA	TES AWAL	AKHIR
ANAK 1	42 cm	47 cm
ANAK 2	12 cm	15 cm
ANAK 3	47 cm	51 cm
ANAK 4	15 cm	15 cm
ANAK 5	25 cm	28 cm
ANAK 6	27 cm	29 cm

Dari gambar tabel 4.3 diatas dapat dilihat dinamika perkembangan Lompat jauh tanpa awalan secara keseluruhan. Pada umumnya mereka terlihat ada peningkatan. Perhatikan penjelasan dibawah ini

- a. Anak 1. Pada awalnya sebelum ada perlakuan, Anak 1 masih memerlukan bantuan peneliti untuk sekedar berdiri di belakang garis yang sudah ditentukan. Hasil lompatan Anak 1 masih belum jauh. Peneliti berulang kali memberikan contoh gerakan tetapi Anak 1 belum dapat menangkap perintah yang diberikan oleh peneliti. Setelah mendapat perlakuan, Anak 1 mulai mendapat hasil lompatan lebih jauh. Pada saat melompat, tangannya sudah diayun kebelakang untuk menambah daya dorong. Dan dengan mudah anak 1 melakukannya. Faktanya, Anak 1 mengalami peningkatan dari pretes ke postes.
- b. Anak 2. Pada awal tes, Anak 2 masih perlu bimbingan. Peneliti memberikan instruksi untuk mengayun kedua tangan supaya mendapat hasil lompatan yang jauh. Anak 2 masih belum dapat berkonsentrasi dan dapat melakukan pendaratan dengan baik, perlu pendekatan dan arahan yang lebih karena anak 2 cenderung melamun dan tidak fokus, dengan perhatian yang sabar pada tes akhir Anak 2 mendapat hasil yang sedikit meningkat.
- c. Anak 3. Pada tes awal Anak 3 susah menempatkan kaki di belakang garis, sehingga peneliti perlu membenarkan penempatan kakinya. Dengan sabar peneliti memberikan petunjuk dan arahan kepadanya. Tidak mengalami kesulitan anak 3 menunjukkan perkembangan yang lebih baik karena anak 3 cenderung bisa untuk diajak komunikasi dan diarahkan sehingga hasil yang diperoleh pada tes akhir menunjukkan peningkatan.
- d. Anak 4. Pada awal tes, Anak 4 masih perlu bimbingan dalam penempatan kaki sebelum lompatan dilakukan. Dia cenderung pemalu dan sulit diarahkan, untuk melakukan lompatan saja dia harus dibantu orangtua dan bahkan wali kelas, untuk melakukan lompatan dibelakang garis saja dia harus dibantu berulang-ulang, melihat fakta tes akhir hasil lompatan anak 4 tetap tidak ada peningkatan.
- e. Anak 5. Pada saat melakukan tes lompat tanpa awalan mengalami kesulitan karena keterbatasan yang ganda tetapi dengan arahan yang berulang-ulang dia bisa melakukan lompatan secara berulang-ulang, pada tes akhir segitu juga perlu arahan yang ekstra sabar dengan hasil yang meningkat.
- f. Anak 6. Pada awal lompatan anak 6 cenderung tidak berkonsentrasi, untuk meletakkan kakinya dibelakang garis saja tidak bisa fokus, terkadang juga berlari-lari terlebih dahulu kemudian baru mau melompat, tetapi dengan pelan-pelan dia bisa melakukan, untuk tes akhir anak 6 sudah mulai fokus dan melakukan gerakan lompatan dengan hasil yang meningkat yang tidak banyak.

### 3. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa dalam dinamika perkembangan gerak dasar siswa kelas I/C1 SLB Putra Asik Kota Kediri tergambar bahwa selama proses pembelajaran berlangsung, kemampuan penyerapan informasi lambat. Dalam berkomunikasi mereka kurang lancar dan mudah terpengaruh oleh keadaan sekitar. Dalam hal ini faktor inteligensi, kondisi fisik, adaptasi sosial anak, gangguan emosi dan lingkungan sangat berpengaruh. Tidak mudah memberikan keterampilan motorik jika pengajar tidak berlatar belakang pendidikan jasmani. Penelitian Pengaruh Pembelajaran Pengaruh Pembelajaran Lokomotor Terhadap Kemampuan Motorik Pada Anak Kelas I Tunagrahita (C1) SLB Putera Asih Kota Kediri memberikan pengaruh terhadap perkembangan motorik anak tunagrahita. Hal ini terbukti dengan adanya peningkatan kemampuan motorik anak Tunagrahita selama melaksanakan pembelajaran gerak dasar.

**2 DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bogdan, R.C. & Biklen. 1998. *Qualitative Research for Education an Introduction to theory and Methods*. Boston: Allyn and Bacon, Inc.
- Bucher, C.A. 1983. *Administration of Physical Education and Athletic Programs*. St Louis: The CV. Mosby Company.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 1994. *Kurikulum Pendidikan Luar Biasa, Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Sekolah Dasar Luar Biasa*. Jakarta: Depdikbud.
- Delphie, Bandi. 2009a. *Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus Dalam Setting Pendidikan Inklusi*. Sleman: PT Intan Sejati Klaten.
- Delphie, Bandi. 2009b. *Bimbingan Perilaku Adaptif*. Sleman: PT Intan Sejati Klaten.
- Delphie, Bandi. 2009c. *Hendaya Perkembangan Fungsional (Penyebab dan Karakteristik Anak)*. Sleman: PT Intan Sejati Klaten.
- Delphie, Bandi. 2009d. *Penerapan Aplikasi Permainan*. Sleman: PT Intan Sejati Klaten.
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kemis & Rosnawati, A. *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Tunagraita*. Jakarta : Luxima Metro Media.
- Kirkendal, Don, R. 1980. *Measurement And Evaluation for Physical Educators*.
- Maksum, Ali. 2009. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Unesa: Surabaya.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Manca, W. 2003. *Etnografi Desain Penelitian Kualitatif dan Manajemen Pendidikan*. Malang: Wineka Media.
- Meimulyani, Y. & Tiswara, A. 2013. *Pendidikan Jamani Adaptif Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta : Luxima Metro Media.
- Moleong, Lexi, J. 2007. *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Nasution, S. 1988. *Metodoe Penelitian Naturalistik-Kualitatif*. Bandung: Tarsito.
- Saputra, Yudha M. 2005. *Perkembangan Gerak*. Jakarta: Depdiknas.
- Sherrill, C. 1981. *Adapted Physical Education and Recreation*. Dubuque, Iowa: WM. C. Brown Company Publisher.
- Somantri, S.H.T. 1996. *Psikologi Anak Luar Bisa*. Jakarta: Proyek Pendidikan Tenaga Guru, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Winnick, J.P. (1995). *Adapted Physical Education and Sport*. USA: Human Kinetics.
- Zainuddin, M. 1998. *Metodologi Penelitian*. Pascasarjana Unair: Surabaya.

# PENGARUH PEMBELAJARAN LOKOMOTOR

---

## ORIGINALITY REPORT

---

14%

SIMILARITY INDEX

14%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

0%

STUDENT PAPERS

---

## PRIMARY SOURCES

---

1

[moraref.kemenag.go.id](http://moraref.kemenag.go.id)

Internet Source

9%

---

2

[www.scribd.com](http://www.scribd.com)

Internet Source

5%

---

Exclude quotes      On

Exclude matches      < 5%

Exclude bibliography      Off