

PENERAPAN *ICE BREAKING* DALAM MENDUKUNG KONSENTRASI BELAJAR PESERTA DIDIK

Dhesta Youlandi Rahayu Sulistiyawati, M.Pd.

Amalia Putri Khinanti

Bienda Pratikasiwi

Natasya Nilamsari

*Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar
IKIP PGRI WATES Yogyakarta*

ABSTRAK

Penelitian ini berfokus pada penerapan ice breaking dalam kegiatan belajar mengajar untuk meningkatkan konsentrasi peserta didik. Observasi menunjukkan bahwa banyak peserta didik kehilangan motivasi dan mengalami kesulitan mempertahankan konsentrasi, terutama saat guru menyampaikan materi sehingga berpotensi menurunkan kualitas pembelajaran. Ice breaking diharapkan dapat mengembalikan konsentrasi dan motivasi belajar serta menciptakan suasana yang menyenangkan. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif, melibatkan wawancara dengan guru wali kelas V SD Negeri Keji 2 Muntilan sebagai narasumber. Data dikumpulkan melalui observasi dan wawancara dengan instrumen yang telah disiapkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan ice breaking memberikan pengaruh positif terhadap konsentrasi belajar peserta didik. setelah kegiatan ice breaking peserta didik terlihat lebih bersemangat dan mampu berkonsentrasi saat menerima materi dari guru. Dengan demikian, ice breaking tidak hanya mencairkan suasana kelas, tetapi juga meningkatkan konsentrasi dan motivasi belajar peserta didik.

Kata Kunci: *ice breaking, konsentrasi belajar*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan aspek yang berperan penting dalam kehidupan manusia. Berdasarkan Undang- Undang No. 20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 1 "Pendidikan adalah usaha dasar terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara." Artinya, pendidikan di Indonesia perlu dilaksanakan dengan metode dan tujuan yang jelas serta kesadaran yang mendalam untuk menciptakan lingkungan pembelajaran yang mendukung.

Menurut Ki Hajar Dewantara dalam Desi Pristiwanti, dkk., (2022) pendidikan merupakan proses untuk tumbuh kembang peserta didik sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Hal tersebut perlu menekankan pentingnya

pendekatan yang holistik serta berpusat pada peserta didik. Hal ini harus didukung sebuah proses yang terstruktur dan sistematis, yaitu pembelajaran. Pembelajaran menjadi jembatan utama dalam mewujudkan esensi pendidikan karena pada proses ini peserta didik memiliki kesempatan untuk berinteraksi secara langsung dengan pendidik, sumber belajar, dan lingkungan untuk mengembangkan potensi mereka secara optimal.

Pembelajaran merupakan proses interaksi antara tiga aspek penting pembelajaran yaitu peserta didik, pendidik, dan sumber belajar di lingkungan belajar (Yestiani & Zahwa, 2020). Pembelajaran adalah suatu bentuk dukungan kegiatan yang diberikan oleh seorang pendidik yang memungkinkan peserta didik untuk memperoleh pengetahuan, mempelajari keterampilan, dan mengembangkan sikap dan keyakinan. Pembelajaran dapat dilakukan di mana pun dan kapan pun. Interaksi yang intens antara peserta didik, pendidik, dan sumber belajar menjadi kunci utama dalam mencapai tujuan pembelajaran. Selain itu, pembelajaran yang baik harus bersifat kontekstual, bermakna, dan mampu beradaptasi dengan kebutuhan serta pengalaman hidup peserta didik. Artinya, pembelajaran harus dirancang secara dinamis dan fleksibel yang memungkinkan peserta didik tidak hanya belajar di dalam kelas, tetapi juga melalui pengalaman nyata diberbagai situasi kehidupan. Dengan ini, lingkungan belajar yang inspiratif dan interaktif sangat mendukung pengembangan kreativitas dan potensi peserta didik secara berkesinambungan.

Menurut Djamarah pada Zaturrahmi (2019) mengungkapkan beberapa prinsip dari lingkungan belajar. (1) Hangat dan antusias, dimana guru dituntut memiliki kemampuan membangun suasana kelas yang hangat. Hal ini bertujuan meningkatkan kenyamanan peserta didik sehingga peserta didik tidak akan malu dan segan untuk menunjukkan antusiasnya dalam belajar, (2) Tantangan, yang artinya seorang guru haruslah meningkatkan dorongan kepada peserta didik untuk belajar sehingga mereka tidak memiliki waktu untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang menyimpang, (3) Bervariasi, dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik, guru harus memiliki berbagai variasi kreatifitas dalam melakukan pendekatan maupun pada proses pembelajaran. Dengan begitu, peserta didik tidak akan merasa jenuh ataupun bosan sehingga materi yang disampaikan dapat diterima dengan baik, (4) Keluwesan, mencakup fleksibilitas perilaku guru dalam menciptakan lingkungan belajar efektif serta mengatasi permasalahan di dalam kelas, (5) Penekanan pada hal positif supaya konsentrasi peserta didik tetap fokus serta menghindari pemusatan perhatian pada berbagaimacam hal negative, (6) Penanaman disiplin diri, proses ini merupakan tujuan akhir dari sebuah lingkungan belajar karena pada proses ini peserta didik diharapkan dapat mengendalikan diri serta perasaan tanggung jawab pada kegiatan yang sedang dilaksanakan.

Lingkungan belajar merupakan suatu kondisi yang dilakukan secara sadar dalam melaksanakan kegiatan proses belajar mengajar yang dalam tahapnya merencanakan, mengorganisasikan, mengaktualisasikan, serta melaksanakan supaya tercapai tujuan pembelajaran yang sistematis, efisien, dan efektif (Zaturrahmi, 2019). Dalam proses pembelajaran peserta didik

memerlukan lingkungan belajar yang nyaman, tenang, dan jauh dari keributan. Lingkungan belajar kondusif ini adalah suatu kegiatan yang terjadi secara sistematis serta mendukung segala aktivitas belajar mengajar untuk mewujudkan tujuan pembelajaran. Lingkungan yang kondusif ini dibutuhkan supaya peserta didik dapat lebih baik dalam memperoleh motivasi dan konsentrasi untuk belajar.

Konsentrasi peserta didik pada saat pembelajaran di kelas sangat penting untuk memahami informasi dan petunjuk yang telah disampaikan oleh guru. Konsentrasi belajar dapat diamati pada berbagai tingkatan yaitu tingkat kognitif, emosional, dan psikomotorik. Indikator dari konsentrasi menurut Aprilia dalam Amalia et al., (2022) dapat diuraikan sebagai berikut: (a) perilaku kognitif, merupakan kesiapan untuk dapat menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh ketika dibutuhkan, dapat menafsirkan informasi yang telah diterima dengan baik, dapat menerapkan pengetahuan dan informasi yang telah diperoleh, serta dapat menyelidiki informasi yang telah diterima dengan cara sistematis untuk mengetahui kebenaran dari pengetahuan yang telah diperoleh), (b) perilaku afektif, saat dimana peserta didik dapat memusatkan perhatian dan konsentrasi pada materi pelajaran, memunculkan interaksi aktif dari stimulus bahan ajar yang telah disampaikan oleh guru, menciptakan gagasan dari hasil pengetahuan yang telah diterima), (c) perilaku psikomotorik, berupa respon yang diberikan berupa gerak badan yang sesuai dengan instruksi yang diberikan oleh guru, dapat mengemukakan komunikasi secara *nonverbal* seperti gerakan tubuh dengan penuh makna dan ekspresi muka, serta dapat mengendalikan pemusatan pikiran dan hati. Konsentrasi peserta didik dapat dikatakan berhasil apabila telah memenuhi dari beberapa indikator.

Menurut Hakim dalam Amalia et al., (2022) terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi keberhasilan konsentrasi dari peserta didik. Faktor tersebut meliputi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari diri peserta didik itu sendiri, yaitu meliputi faktor jasmani dan rohani. Kemudian, faktor eksternal merupakan meliputi kondisi pada keadaan lingkungan sekitar yang memengaruhi konsentrasi yang telah dibangun oleh peserta didik seperti kebisingan, kualitas udara, dan penerangan cahaya. Kedua faktor ini dapat ditemukan pada saat proses pembelajaran berlangsung. Dalam hal ini, guru memiliki tantangan untuk mengatasi faktor yang menghambat konsentrasi peserta didik dalam belajar.

Dengan berkembangnya kemajuan dalam ilmu pengetahuan tentunya juga berdampak pada dunia pendidikan. Saat ini telah terdapat cara untuk mengatasi suatu keadaan ketika peserta didik kehilangan konsentrasi, semangat untuk belajar, serta merasakan kejenuhan yaitu dengan melakukan kegiatan *ice breaking*. *Ice breaking* selama proses pembelajaran merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh guru untuk mengembalikan konsentrasi peserta didik di dalam kelas. Kegiatan belajar mengajar yang dikombinasikan dengan *ice breaking* akan memiliki daya tarik dan dapat memberi gairah semangat untuk peserta didik (Qomariah et al., 2023).

Ice breaking merupakan suatu kegiatan yang digunakan oleh guru pada suatu kondisi tertentu yang memiliki tujuan untuk menarik perhatian serta bertujuan untuk mencairkan suasana pada situasi yang menegangkan supaya lebih bersemangat dan berkonsentrasi (Harianja dan Sapri dalam Zuhaery et al., 2024). Sedangkan *ice breaking* menurut Prayitno dan Faisal dalam Syifa Trisnaningtyas (2024) memiliki arti sebagai kondisi belajar yang menyenangkan yang santai tetapi serius dalam pelaksanaannya. Dengan kata lain, *ice breaking* dapat berupa kegiatan yang dilakukan secara sederhana yang digunakan oleh guru untuk mencairkan suasana yang tegang dan beku di dalam kelas serta membunuh rasa bosan peserta didik dalam kegiatan belajar mengajar. Kegiatan ini dilaksanakan pada saat peserta didik terlihat tidak lagi konsentrasi dan semangat saat pembelajaran berlangsung. Dalam artian kegiatan ini mengubah perilaku pasif peserta didik menjadi aktif.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah disampaikan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Penerapan Ice Breaking Dalam Mendukung Konsentrasi Belajar Peserta Didik". Penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang berjudul "Penerapan Metode Ice Breaking Untuk Menstimulasi Konsentrasi Peserta Didik Kelas 5A SDN Serang 21". Penelitian ini dilakukan oleh Fauziah Nuraini dan Encep Andriana yang diperoleh hasil perubahan signifikan dalam memicu konsentrasi setelah diterapkannya metode *ice breaking*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif yang akan mendeskripsikan fakta dan fenomena yang terjadi di kelas dengan cara objektif. Menurut M. Sobry & Prosmala Hadisaputra (2020) penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang mendeskripsikan fakta dan permasalahan yang nyata terjadi di kelas. Subjek dalam penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan guru yang mengajar di Sekolah Dasar (SD). Sumber data dari penelitian ini diambil menggunakan teknik non tes berupa observasi dan wawancara terhadap guru wali kelas V di SD Negeri Keji 2 Muntilan. Berikut merupakan tabel kisi-kisi wawancara yang digunakan peneliti pada saat proses pengumpulan data.

Tabel 1. Kisi-Kisi Wawancara Guru SD Kelas V

No	Aspek	Pertanyaan
1.	Tujuan Penerapan <i>Ice Breaking</i>	Apakah ibu menerapkan kegiatan <i>ice breaking</i> di dalam kelas?
		Mengapa ibu menerapkan kegiatan tersebut?
2.	Implementasi dan Metode <i>Ice Breaking</i>	Pada saat apa ibu menerapkan kegiatan <i>ice breaking</i> di dalam kelas?
		Jenis <i>ice breaking</i> apa yang sering ibu gunakan di dalam kelas?
3.	Pengaruh <i>Ice Breaking</i> Terhadap Konsentrasi Belajar Peserta Didik	Bagaimana pengaruh <i>ice breaking</i> terhadap peningkatan konsentrasi peserta didik selama pembelajaran berlangsung?
		Bagaimana persepsi peserta didik terhadap kegiatan <i>ice breaking</i> dalam membantu meningkatkan konsentrasi belajar mereka?
		Bagaimana perbedaan konsentrasi belajar peserta didik yang mengikuti <i>ice breaking</i> dibandingkan dengan yang

		tidak?
4.	Partisipasi Peserta Didik	Apakah <i>ice breaking</i> dapat diterapkan dalam berbagai mata pelajaran, atau hanya dalam mata pelajaran tertentu?
5.	Hambatan Dan Tantangan	Apa saja hambatan utama dalam penerapan <i>ice breaking</i> di kelas? Bagaimana cara mengatasi tantangan dalam penerapan <i>ice breaking</i>?
6.	Efektivitas <i>Ice Breaking</i>	Apakah ada perbedaan efektifitas antara <i>ice breaking</i> spontan dan terencana? Apa saja jenis yang paling efektif untuk anak-anak?

Berdasarkan Tabel 1, dapat disimpulkan bahwa wawancara yang dilaksanakan berfokus pada enam aspek yaitu tujuan penerapan ice breaking, implementasi dan metode ice breaking, pengaruh ice breaking terhadap konsentrasi belajar peserta didik, partisipasi peserta didik, hambatan dan tantangan, serta efektivitas ice breaking terhadap konsentrasi belajar peserta didik. Masing-masing dari aspek memiliki indikator pertanyaan yang akan diajukan kepada guru narasumber.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan Penerapan Ice Breaking

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan bersama dengan guru wali kelas V SD Negeri Keji 2, telah dilaksanakan kegiatan ice breaking pada saat proses pembelajaran berlangsung. Kegiatan ini dapat memunculkan motivasi bagi peserta didik untuk meningkatkan semangat belajar. Menurut Nur Hidayah dalam Wana et al., (2024) motivasi merupakan suatu upaya dan proses yang menciptakan bentuk kegiatan untuk mencapai tujuan tertentu. Pada kegiatan yang dilakukan oleh guru ini bertujuan untuk mengembalikan fokus dan konsentrasi yang mana dilihat dari situasi dan kondisi peserta didik di kelas sebagaimana yang telah disampaikan oleh narasumber berikut ini.

"Kalau dalam pembelajaran saya sering menerapkan kegiatan ice breaking walaupun tidak selalu. Saya selalu melihat situasi dan kondisi peserta didik ketika sudah mengantuk, jenuh, atau tidak fokus. Disitulah saya ambil alih untuk memberikan ice breaking terlebih dahulu supaya anak lebih fokus lagi."

Pada dasarnya *ice breaking* hanya diberikan ketika peserta didik sudah mulai merasa jenuh dan tidak bersemangat dalam melanjutkan kegiatan pembelajaran. Pemberian kegiatan ini akan menggugah adrenalin dan kemauan untuk tetap turut aktif. Dalam mewujudkan keinginan untuk mendapatkan penghargaan maupun kebutuhan. Selain itu, pada dasarnya peserta didik akan dengan sukarela untuk mengikuti aktivitas yang telah menggugah motivasinya (Syifa Trisnaningtyas, 2024).

Implementasi dan Metode *Ice Breaking*

Implementasi *ice breaking* di kelas dilaksanakan pada saat pembelajaran dimana guru meminta peserta didik untuk berhenti sejenak dan melakukan kegiatan yang dapat mengembalikan fokusnya. Konsentrasi belajar peserta didik dapat menurun apabila pada saat pembelajaran guru lebih sering

menggunakan metode ceramah. Kegiatan yang kurang menggunakan partisipasi aktif peserta didik seperti penugasan secara berkelompok dan eksperimen juga kerap membuat peserta didik jenuh. Guru selalu mengamati setiap kegiatan didalam kelas hingga memutuskan timing yang tepat untuk melakukan peregangan. *Ice breaking* di kelas biasanya dilakukan dengan cara yang spontan ketika guru telah melihat banyak peserta didik yang terlihat menguap atau tidak fokus. Sebagaimana yang telah disampaikan oleh narasumber.

"Biasanya ice breaking di kelas itu saya lakukan dengan spontan dan situasional supaya anak lebih fokus lagi. Kadang-kadang kalau sudah jenuh dijelaskan secara ceramah atau ketika pembelajaran tidak secara berkelompok atau tidak percobaan misalnya eksperimen, itu kadang-kadang anak jenuh. Jadi ketika saya sudah melihat anak yang menguap atau tidak fokus terus melamun seperti itu, saya alihkan ke ice breaking dulu."

Guru menjelaskan bahwa dalam penggunaan *ice breaking* di kelas lebih sering menggunakan kegiatan yang spontan dibandingkan dengan terencana. Meskipun tidak menutup kemungkinan bahwa sesekali guru juga menggunakan *ice breaking* yang telah direncanakan sebelum pembelajaran dimulai. Peserta didik lebih menyukai jenis kegiatan yang melibatkan kegiatan fisik seperti kegiatan senam maupun permainan game bersama dengan teman-teman dibandingkan dengan kegiatan yang hanya melihat seperti menonton video. *Ice breaking* menurut Khoerunisa & Amirudin (2020) merupakan kegiatan berupa permainan sederhana yang digunakan oleh guru yang memiliki fungsi untuk menghilangkan rasa bosan dan jenuh dari peserta didik. Kegiatan *ice breaking* yang pasif kurang diminati dan disukai peserta didik karena dianggap tidak menyegarkan badan dan menghilangkan kantuk.

"Seringnya kalau ice breaking yang saya terapkan itu yang melibatkan fisik, misalnya kalau tidak tepuk-tepuk sambil berdiri atau kalau tidak game dengan teman sebangku terus bikin lingkaran juga. Pokoknya yang anak-anak itu tidak hanya melihat, misal ice breakingnya hanya menonton film atau video. Tapi yang membuat mereka aktif badannya, soalnya kalau mereka aktif badannya pasti ngantuknya hilang."

Penggunaan *ice breaking* dalam pembelajaran terbukti dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan konsentrasi belajar peserta didik. Narasumber menjelaskan adanya respons yang positif dari peserta didik pada saat melakukan kegiatan *ice breaking*. Terlihat dari peserta didik yang sebelumnya kurang semangat dan tidak fokus dalam memperhatikan materi yang disampaikan guru. Pada saat guru memberikan interupsi kepada peserta didik untuk melakukan break beberapa dar mereka menjadi terkejut dan segera mengarahkan perhatiannya kembali kepada guru.

Pengaruh Ice Breaking terhadap Konsentrasi Peserta Didik

Peserta didik terlihat lebih segar dan antusias dalam melanjutkan kegiatan pembelajaran setelah guru memberikan *ice breaking*. Mereka memiliki waktu untuk melepaskan tekanan atau rasa bosan yang muncul. Ini menunjukkan bahwa *ice breaking* tidak hanya memperbaiki suasana hati

sehingga mereka lebih siap untuk melanjutkan pembelajaran namun juga menghilangkan kejenuhan. Dengan hal ini akan mendukung terciptanya lingkungan belajar yang kondusif.

"Pada proses pembelajaran setiap saya mengatakan kita break dulu atau kalau tidak kita ice breaking dulu, pasti anak-anak yang tadinya melamun akan kaget. Jadi kelihatan anak-anak yang tadinya tidak fokus kembali memusatkan perhatian ke saya lagi. Jadi pengaruhnya menurut saya sangat baik. Anak-anak jadi terus tersadarkan diri dari lamunannya dan setelah mereka bermain jadi segar lagi."

Hasil wawancara menunjukkan bahwa persepsi peserta didik terhadap *ice breaking* cenderung beragam. Tergantung pada kreativitas guru dalam memberikan variasi yang diterapkan dalam pelaksanaannya. Peserta didik akan bosan dengan *ice breaking* yang memiliki karakteristik sama dan dilakukan secara berulang. Seringkali peserta didik mengungkapkan bahwa aktivitas tersebut pernah dilakukan sebelumnya. Namun disisi lain, hal ini merupakan peluang bagi guru untuk melibatkan peserta didik dalam proses pemilihan dan mengungkapkan pendapat terkait dengan *ice breaking* yang mereka sukai. Partisipasi peserta didik dalam menentukan jenis *ice breaking* menjadi cara bagi guru untuk menambah variasi supaya tidak monoton. Dalam hal ini, peserta didik akan berpikir dan memusatkan konsentrasi untuk mencari jenis *ice breaking* yang akan mereka lakukan sehingga dapat membantu meningkatkan keefektifan dalam menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dan mendukung konsentrasi.

"Misalnya kadang ada ice breaking yang pernah saya berikan ke anak-anak, mereka akan bilang ini kemarin kan sudah bu, atau kalau tidak kemarin sudah yang kaya gini bu. Kemudian anak-anak kadang malah punya ide sendiri dan minta untuk memainkan ice breaking tersebut. Itu juga membantu saya untuk menambah variasi biar ice breakingnya tidak membosankan."

Terlihat bahwa *ice breaking* memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan konsentrasi peserta didik selama proses pembelajaran. *Ice breaking* dapat menciptakan suasana pembelajaran yang rileks dan menyenangkan, sehingga rasa jebuh dapat teratasi selama proses pembelajaran. Guru mengungkapkan bahwa materi yang disampaikan setelah kegiatan *ice breaking* dapat tersampaikan dengan baik karena otak peserta didik sudah *fresh* kembali. Hal ini senada diungkapkan oleh Riti, Novi, Putri, & Syahrial (2014) menjelaskan bahwa *ice breaking* mampu menjadi stimulus dalam menumbuhkan semangat dan antusiasme belajar peserta didik.

"Jadi itu pengaruh juga dengan saya menyampaikan pembelajaran lagi mbak, kalau ketika sebelum di ice breaking mereka sudah jenuh, terus ada ice breaking, saya bisa lagi menyampaikan untuk masuk ke otaknya mereka lagi karena sudah fresh."

Partisipasi Peserta Didik

Dalam penerapannya, *ice breaking* harus disesuaikan dengan mata pelajaran serta waktu dan konteks yang ada. Contohnya pada mata pelajaran matematika, kegiatan ini dianggap kurang efektif karena waktu pengerjaan yang terbatas serta peserta didik pada kondisi yang penuh konsentrasi terhadap materi yang diajarkan. Disisi lain contohnya pada mata pelajaran Pendidikan Kewarganegaraan (PKN), yang memiliki karakteristik penggunaan teks yang panjang atau materi yang dapat terasa membosankan, penerapan *ice breaking* sangat diperlukan untuk menjaga semangat dan partisipasi aktif peserta didik dalam pembelajaran.

Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa *ice breaking* memiliki potensi untuk memberikan pengaruh positif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Penerapannya secara rutin dapat meningkatkan minat dan konsentrasi peserta didik dalam pembelajaran (Andesti, Nisa, & Surani, 2025). Narasumber mengemukakan bahwa penempatan *ice breaking* dilaksanakan dilihat dari karakteristik dan bobot pembelajaran yang sedang dilakukan sebagai berikut.

"Sebenarnya ice breaking ini dapat dilakukan disemua mata pelajaran, tetapi kalau saya biasanya dilihat dari anak-anak itu sendiri seperti apa pada saat pembelajaran. Contohnya ketika mata pelajaran matematika yang waktunya itu terasa sangat cepat. Anak-anak sudah sibuk dengan pekerjaannya sendiri. Jadi ketika matematika anak-anak jarang ada yang tidak fokus. Tetapi kalau misalnya contoh pembelajaran PKN, atau pembelajaran yang banyak membaca itu anak-anak mudah merasa jenuh. Disitulah saya sering menerapkan ice breaking. Jadi disesuaikan saja dengan bobot mata pelajaran yang sedang dilaksanakan di dalam kelas."

Hambatan dan Tantangan Utama Yang Ada dalam Penerapan Ice Breaking

Proses belajar mengajar yang efektif memerlukan suasana kelas yang kondusif serta menyenangkan. Namun, tidak semua orang memiliki selera yang sama dalam mengartikan kenyamanan di lingkungan sekitar. Beberapa peserta didik terlihat tidak nyaman dan merasa tegang ketika berinteraksi dengan guru maupun teman sekelasnya. Oleh karena itu, dalam proses pembelajaran salah satu strategi untuk memecahkan ketegangan serta menciptakan motivasi belajar untuk mengembalikan konsentrasi belajar peserta didik untuk menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan adalah dengan melakukan kegiatan *ice breaking*. Namun pada dasarnya kegiatan tersebut tidak serta merta dapat langsung terlaksana dengan baik dan sempurna. Ada hambatan dan kendala yang harus dipertimbangkan dan dihadapi guru. Sebagaimana guru wali kelas V SD Negeri Keji 2 mengungkapkan hambatan dan tantangan yang harus dihadapi sebagai berikut.

"Kadang ada anak yang tidak suka dengan ice breaking yang saya berikan atau yang sudah disepakati oleh teman-teman kelas, contohnya ketika saya memberikan ice breaking berupa permainan, ada satu atau beberapa anak

yang tidak suka dengan permainan tersebut. Mereka akan terus bermalas-malasan yang mana dapat membuat teman-teman yang lain menjadi ikut tidak bersemangat. Kemudian ice breaking tersebut menjadi jenuh dan tidak diminati oleh anak-anak. Kalau hambatannya ya tadi karena anak-anak itu mudah bosan dengan ice breaking yang pernah diterima, saya harus selalu mencari referensi lagi untuk ide ice breaking lainnya."

Dari hasil wawancara tersebut dapat diketahui bahwa tidak semua peserta didik menyukai jenis *ice breaking* yang sama. Pada saat guru memberikan kegiatan *ice breaking* dan beberapa peserta didik tidak menyukainya, maka yang terjadi adalah kegiatan tersebut menjadi jenuh dan peserta didik lama kelamaan akan bosan. Dengan begitu, guru harus memutar otak untuk mencari referensi baru dibantu dengan menerima ide dari peserta didik lain yang mengusulkan salah satu jenis *ice breaking*. Disamping itu guru memiliki strategi yang mana kegiatan *ice breaking* ini mau tidak mau harus diikuti oleh seluruh peserta didik di dalam kelas.

"Biasanya saya kombinasikan dengan soal, jadi ice breaking tetapi tetap ada soalnya. Jadi nanti mereka mau tidak mau harus mengerjakan. Misalnya ice breaking yang berkelompok, dimana kelompok yang kalah nanti akan mendapatkan soal yang harus dijawab. Mereka akan terus berusaha untuk memenangkan permainan itu. Disamping menciptakan jiwa yang kompetitif bagi peserta didik, kegiatan ini juga meminta peserta didik untuk dapat berpikir kritis dengan cepat sehingga mereka memiliki kesadaran dan konsentrasi yang penuh. Kalau untuk hambatan idenya, saya harus terus mencari referensi di berbagai platform dan media sosial."

Guru menjelaskan bagaimana cara untuk mengatasi tantangan jika ada satu atau beberapa peserta didik yang kurang meminati *ice breaking* yang telah disampaikan. Pelaksanaan game berbasis kelompok menjadi salah satu alternatif yang dilakukan guru supaya seluruh peserta didik mau tidak mau tetap mengikuti kegiatan *ice breaking*. Hal tersebut akan menimbulkan jiwa kompetitif bagi peserta didik dimana mereka akan berusaha untuk memenangkan permainan dengan melawan temannya di kelompok lain. Pemberian soal secara spontan juga dapat membuat peserta didik terlatih untuk berpikir dengan cepat dan kritis. Namun, guru juga harus tetap mencari referensi *ice breaking* lain di berbagai platform dan media sosial supaya peserta didik tidak bosan dan selalu merasa tertantang dengan *ice breaking* yang akan diberikan. Dengan adanya *ice breaking* yang bervariasi setiap harinya, peserta didik akan termotivasi dan berusaha mengumpulkan konsentrasi untuk belajar.

Efektivitas Ice Breaking

Kegiatan *ice breaking* sangat dibutuhkan oleh guru untuk menciptakan kondisi kelas yang kondusif. Dalam hal ini, guru menjelaskan tentang perbedaan keefektifan antara *ice breaking* spontan dan *ice breaking* terencana. *Ice breaking* tidak dapat bisa maksimal mengembalikan konsentrasi peserta didik karena kegiatan ini dilaksanakan secara mendadak dan tidak memiliki

persiapan yang matang sebelum memulainya. Sedangkan *ice breaking* terencana lebih memiliki sistematika yang jelas sehingga peserta didik lebih menyukai dan dalam proses mengembalikan konsentrasi dapat dikatakan lebih berhasil. Pada *ice breaking* terencana, guru sudah mempersiapkan hadiah sebagai reward kepada peserta didik yang telah berhasil memenangkan permainan, baik individu maupun kelompok.

"Sangat berbeda antara ice breaking spontan dan ice breaking terencana, karena yang spontan biasanya itu permainannya tidak bisa maksimal dibanding ice breaking yang terencana. Kalau ice breaking terencana itu biasanya ada reward dan giftnya. Kalau ada yang tidak kebagian gift saya kasih stiker atau apa itu sudah saya siapkan. Tapi kalau spontan tidak bisa maksimal kadang juga memakai ide dari anak-anak. Terus saya juga harus pikir cepat, misal anak punya ide yang seperti ini, saya harus segera mengadopsi idenya itu. Jadi saya harus memahami konsepnya terlebih dahulu permainan yang diinginkan anak, biar waktunya juga tidak habis di ice breaking saja."

Dari kedua jenis *ice breaking*, tidak semua dapat efektif digunakan dalam pembelajaran. Kurangnya persiapan dan perencanaan oleh guru merupakan salah satu penghambat keberhasilan *ice breaking* karena dapat menyebabkan peserta didik merasa bosan dengan *ice breaking* yang monoton. Selain itu keterbatasan sumber daya dari pihak sekolah untuk memfasilitasi kegiatan di kelas menjadi faktor penghambat utama yang harus dihadapi oleh guru. Serta pemilihan *ice breaking* dari guru yang kurang cocok misalnya terlalu panjang dapat membuat peserta didik merasa jenuh dan mengakibatkan *ice breaking* tersebut menjadi tidak efektif.

"Yang paling efektif dan membuat anak semangat lagi menurut saya yaitu kalau permainannya ada menang dan kalahnya. Turnamen seperti itu anak-anak bisa sangat semangat mengikuti karena jiwa kompetitifnya lebih muncul ketika ada permainan. Saya membandingkan dengan ketika saya memutar senam di layar proyektor, anak-anak ya cuma sekedarnya saja untuk menghilangkan kantuk."

Guru menyebutkan bahwa *ice breaking* yang paling efektif untuk peserta didik yaitu *ice breaking* terencana yang berbentuk permainan atau turnamen. Kegiatan ini dikombinasikan dengan materi pembelajaran sehingga konsentrasi peserta didik tidak hanya pada permainan tetapi juga pada pembelajaran. Sejalan dengan pendapat tersebut, Kashta dalam Purwanti (2024) menjelaskan bahwa *ice breaking* tipe ini mampu meningkatkan konsentrasi dan hasil belajar peserta didik karena peserta didik terlibat aktif pada proses pembelajaran sehingga memberikan dampak yang positif terhadap kualitas interaksi dan komunikasi peserta didik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa *ice breaking* telah diterapkan di kelas selama proses pembelajaran berlangsung. Kendala yang dihadapi guru dalam pembelajaran di kelas adalah hilangnya konsentrasi peserta didik dalam kegiatan belajar

mengajar. Ada dua jenis *Ice breaking* yang diberikan oleh guru kepada peserta didik, yaitu *ice breaking* spontan dan terencana. *Ice breaking* spontan hanya diberikan pada saat guru melihat peserta didik sudah tidak fokus lagi memperhatikan materi yang disampaikan. Kendala yang muncul pada kegiatan ini yaitu kurangnya kreativitas dan inovasi guru yang menyebabkan peserta didik bosan dengan kegiatan yang pernah dilakukan. Yang kedua adalah *ice breaking* terencana, yaitu kegiatan yang sudah dipersiapkan terlebih dahulu secara matang oleh guru misalnya berupa permainan dan *game turnamen*. *Ice breaking* terencana lebih efektif digunakan untuk mengembalikan konsentrasi peserta didik dikarenakan pada kegiatan ini peserta didik termotivasi untuk berkompetisi dengan teman sekelasnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A., Sucipto, & Hilyana, S. F. (2022). Konsentrasi belajar siswa pada mata pelajaran IPA. *Jurnal Educatio*, 8(4), 1261–1268. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i4.3120>
- Desi Pristiwanti, Bai Badariah, Sholeh Hidayat, R. S. D. (2022). Pengertian Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling, Volume 4*, 7911–7915.
- Fadhilaturrahmi, F. (2018). Lingkungan Belajar Efektif Bagi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 2(2), 61–69. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v2i2.169>
- Khoerunisa, T., & Amirudin, A. (2020). Pengaruh Ice Breaking Terhadap Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran IPA di Kelas III Sekolah Dasar Islam Terpadu Nuurusshiddiiq Kedawung Cirebon. *EduBase : Journal of Basic Education*, 1(1), 84. <https://doi.org/10.47453/edubase.v1i1.47>
- M. Sobry, & Prosmala Hadisaputra, M. P. . (2020). Penelitian kualitatif Penelitian kualitatif. In *Bandung: PT. Remaja Rosda Karya* (Issue c). http://www.academia.edu/download/54257684/Tabrani._ZA_2014-Dasar-dasar_Metodologi_Penelitian_Kualitatif.pdf
- Qomariah, Annisa, Abdillah, Avrizal, Hikmah, & Nurul. (2023). Kegiatan Ice Breaking Sebagai Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Annisa Qomariah, Dkk. JPKPM*, 3(1), 107–111.
- Syifa Trisnaningtyas, D. S. (2024). Pengaruh Ice Breaking terhadap Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Jendela Pendidikan*, 4(01), 110–124. <https://doi.org/10.57008/jjp.v4i01.698>
- Yestiani, D. K., & Zahwa, N. (2020). Peran Guru dalam Pembelajaran pada Siswa Sekolah Dasar. *Fondatia*, 4(1), 41–47. <https://doi.org/10.36088/fondatia.v4i1.515>
- Zaturrahmi. (2019). Lingkungan Belajar Sebagai Pengelolaan Kelas: Sebuah Literatur. *E-Tech*, 07.
- Zuhaery, M., Dian Hidayati, & Hidayat, M. (2024). Penerapan Ice Breaking dalam proses Pembelajaran sebagai Pengalaman Belajar yang

Menyenangkan. *Academy of Education Journal*, 15(2), 1412–1417.
<https://doi.org/10.47200/aoej.v15i2.2492>