



## Keefektifan *Ice Breaking* Dalam Meningkatkan Semangat Belajar Peserta Didik di UPT SD Negeri 15 Kampai

Ardy Melyen<sup>1\*</sup>, Fitriani<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Pendidikan Guru Sekolah Dasar, STKIP Widayawara Indonesia

<sup>1\*</sup> ardyhelyen@gmail.com, <sup>2</sup> mualab88@gmail.com

### Abstrak

*Ice breaking* salah satu media pembelajaran yang meyenangkan dengan mengedepankan unsur inovatif, kreatif, futuristik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan *ice breaking* dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Para peserta didik sering kali mengalami kejenuhan selama proses belajar mengajar. Ini adalah hal yang biasa terjadi, terutama karena mereka masih dalam usia bermain. Oleh karena itu, guru perlu mempelajari metode *ice breaking*. *Ice breaking* adalah strategi yang digunakan untuk menghangatkan suasana agar tercipta kondisi yang lebih kondusif dalam kegiatan pembelajaran. Dalam proses pembelajaran, *ice breaking* artinya suatu kegiatan yang dilakukan dalam proses pembelajaran yang bertujuan untuk mencairkan suasana yang menegangkan atau membosankan. Penggunaan variasi teknik dan metode yang beragam sangat diperlukan dalam pembelajaran saat ini. Seorang guru harus mampu membuat semua siswanya merasa nyaman selama proses pembelajaran. Hal ini bertujuan agar tujuan dari pembelajaran dapat tercapai. Tujuan pembelajaran dapat tercapai jika siswa dapat memahami materi apa yang disampaikan oleh guru. Salah satu komponen penting dalam belajar adalah bagaimana minat belajar seseorang dalam suatu hal.

**Kata Kunci:** *Ice breaking*, Motivasi belajar

### PENDAHULUAN

Tujuan pendidikan nasional sebagaimana yang dijelaskan dalam undang-undang RI nomor 20 tahun 2003 usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses belajar agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhkaq mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara. Maka dari itu guru atau tenaga pendidik harus bekerja secara profesional dalam mendorong gairah belajar siswa serta mampu menyusun strategi untuk memfasilitasi kegiatan belajar secara detail dan efektif. (Indrawati, 2019).

Lafendry (2018: 3) berpendapat, "*Ice breaking* secara harfiah berarti pemecah es. Secara maknawi berarti permainan yang digunakan untuk memecah kebekuan dalam berbagai aktivitas, terutama pembelajaran atau training". *Ice breaking* dibutuhkan para siswa untuk mengenal satu sama lainnya dan dengan melakukan rangkaian kegiatan *ice breaking* dapat menyegarkan daya konsentrasi siswa.

Di sekolah dasar pada umumnya, proses pembelajaran dilaksanakan secara pasif, di mana guru hanya menjelaskan materi dengan menggunakan metode ceramah siswa hanya mendengarkan saja penjelasan dari guru, yang mengakibatkan siswa merasa cepat jenuh & bosan (Cindyana et al., 2022). Dalam masalah ini, *ice breaking* bisa sebagai solusi. Dimana *ice breaking* dapat diberikan di awal, tengah, maupun akhir pembelajaran sehingga siswa tidak mudah capek dalam proses pembelajaran.

*Ice Breaking* berfungsi untuk pemantapan konsep dan kembali masuk ke kondisi alfa. Namun, guru harus berhati-hati memilih *Ice Breaking* yang tepat. Artinya jangan sampai *Ice Breaking* ini menghabiskan waktu jam pelajaran. Harus dibedakan *Ice breaking* yang digunakan untuk *training* ataupun *outbound* dengan *Ice breaking* di dalam kelas. Tantangan bagi guru untuk mengoleksi *ice breaking*. Dalam arti *ice breaking* memang baik untuk pembelajaran, agar peserta didik kembali antusias dalam belajar tetapi tidak juga untuk menghabiskan waktu pembelajaran. (Asmani, 2015)

Strategi pembelajaran yang dapat diterapkan adalah dengan memasukkan *ice breaking* ke dalam proses pembelajaran. Dengan menggunakan teknik ini, siswa akan merasa bersemangat, berenergi, dan fokus ketika belajar kembali. Masih banyak siswa yang mempunyai motivasi belajar yang rendah. Mereka mungkin menjadi kurang antusias selama proses belajar, terganggu oleh aktivitasnya sendiri atau percakapan dengan teman, dan cenderung menunjukkan tanda-tanda kebosanan.

Pentingnya merangsang minat dan semangat belajar di sekolah dasar tidak bisa dianggap remeh. Ketika siswa merasa terlibat dan antusias dengan proses pembelajaran, kemungkinan besar mereka akan mencapai hasil akademik yang lebih baik dan mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan untuk kesuksesan di masa depan. Oleh karena itu,

penting bagi para pendidik dan praktisi pendidikan untuk memahami efektivitas *ice breaking* dalam mencapai tujuan tersebut.

Pemberian teknik *ice breaking* dalam bentuk kegiatan bermain, dapat meningkatkan konsentrasi siswa dalam belajar, karena permainan melalui *ice breaking* ini dapat menciptakan suasana yang tidak tegang dalam berinteraksi, pembelajaran memang membosankan, namun memusatkan perhatian melalui *ice breaking* dalam bentuk permainan, meredakan ketegangan, dan efektif meningkatkan keterampilan sosial siswa (Bakhtiar, 2015). *Ice breaking* sebagai teknik bimbingan kelompok diupayakan sebagai teknik untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa, karena dengan *ice breaking* siswa dapat belajar sesuatu tanpa mempelajarinya yang dilakukan melalui sikap saling bekerjasama dan diskusi kelompok, untuk memainkan sebuah permainan yang dilakukan secara bersama-sama. Oleh karena itu, *ice breaking* diyakini sangat cocok diterapkan dalam membantu siswa mengatasi masalah kejenuhan belajarnya. *Ice breaking* adalah sarana yang mampu menjadi solusi tetap dan tepat, karena permainan *ice breaking* mengambil peran mediasi sekaligus mereduksi. Penyatuan pola pikir dan tindakan ke satu titik perhatian adalah hal yang bisa membuat suasana menjadi dinamis dan fokus (Soenarno, 2007).

*Ice Breaking* Menurut M. Said dalam Sunarto “Ice Breaking adalah permainan atau kegiatan yang berfungsi untuk mengubah suasana kebekuan dalam kelompok (Sunarto, 2017). Menurut istilah yang dikemukakan oleh Ucu Sulastrri dalam bukunya yaitu “Ice Breaking adalah peralihan situasi dari yang membosankan, mengantuk dan tegang menjadi ceria dan menyenangkan dengan permainan-permainan sederhana.”(Sulastrri, 2014) Permainan tersebut sebagai aktivitas yang disenangi oleh semua kalangan, tanpa bisa dibatasi usia karena setiap individu pasti merasakan kebosanan dalam belajar, yang kemudian menginginkan suasana belajar yang menyenangkan.

Metode *ice breaking* dalam banyak kajian literatur dapat membantu guru dalam menambah semangat, motivasi, serta membuat siswa kembali aktif dalam belajar. Penerapan *ice breaking* pada siswa jenjang sekolah dasar (SD) berjalan dengan baik dan terlihat bahwa siswa lebih semangat mengikuti pembelajaran dan berperan aktif pada pembelajaran (Suhartono, 2016). *Ice breaking* terbukti efektif dalam mengatasi kejenuhan peserta didik dalam proses belajar (Faijin et al., 2021).

Dari beberapa pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa *ice breaking* sangat berpengaruh dalam proses pembelajaran karena *ice breaking* merupakan aktivitas atau sebuah permainan yang bertujuan untuk memecahkan kekakuan supaya suasana kelas menjadi kondusif dan menyenangkan.

## METODE

Penelitian yang dilakukan di UPT SD Negeri 15 Kampai mengenai penerapan *ice breaking* menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan ini lebih mengarah pada penelitian yang bersifat deskriptif. Tahapan penelitian meliputi perancangan, penelitian, pelaksanaan, analisis informasi, dan penyusunan laporan penelitian. Objek penelitian ini melibatkan guru wali kelas dan seluruh siswa kelas VI di UPT SD Negeri 15 Kampai. Untuk mengumpulkan informasi, digunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pengumpulan informasi merupakan langkah strategis dalam penelitian, karena tujuan utamanya adalah untuk memperoleh informasi yang diperlukan. Observasi dilakukan secara langsung pada guru dan siswa selama proses pembelajaran untuk memperoleh informasi mengenai hasil dari penerapan teknik pembelajaran *ice breaking*.

Sesuai dengan karakteristik masalah yang diajukan dalam penelitian ini, menggunakan metode penelitian kualitatif dengan penekanan pada analisis data deskriptif dalam bentuk observasi. Penulis menggunakan pendekatan kualitatif untuk menganalisis tentang penggunaan *ice breaking* dalam pembelajaran siswa.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Menurut Ibnu dalam (Arifudin, 2023) penelitian kualitatif adalah suatu penelitian yang datanya dinyatakan dalam bentuk verbal dan dianalisis tanpa menggunakan teknik statistik. Dalam penelitian ini objek penelitian terdiri dari 2 (dua), yaitu objek formal dan objek material (Ulfah, 2019). Objek formal dalam penelitian ini berupa data yaitu data yang berhubungan dengan kajian penerapan *ice breaking* dalam pembelajaran siswa di kelas, sedangkan objek materialnya berupa sumber data, dalam hal ini adalah kajian penerapan *ice breaking* guna meningkatkan semangat pembelajaran siswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kelelahan dan rasa bosan saat belajar mempengaruhi semangat belajar setiap orang, khususnya siswa. Oleh karena itu, siswa disarankan untuk menghindari rasa lelah dan bosan selama belajar, karena siswa dapat mengalami stres tingkat tinggi dan merasakan banyak tekanan saat belajar. Oleh sebab itu, perlu diupayakan keadaan bebas kelelahan dan memungkinkan siswa belajar dalam kondisi nyaman. Di sisi lain, beban pembelajaran yang berlebihan, sasaran kinerja yang tinggi, instruktur yang terlalu ketat, dan sumber ketegangan mental lainnya dapat menyebabkan ketegangan mental. Salah satu penerapan yang mungkin dilakukan adalah dengan memberikan teknik *ice breaking* sebagai solusi untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi siswa selama pembelajaran yang mengalami kebosanan. Teknik *ice breaking* diajarkan kepada siswa dalam bentuk kegiatan yang menyenangkan. Permainan yang dilaksanakan mempunyai nilai kepemimpinan, kerjasama tim, kreativitas, integritas, dan dapat meningkatkan konsentrasi belajar.

Adapun permainan *ice breaking* yang dilakukan didalam penelitian ini adalah dengan melakukan sebuah gerakan berulang-ulang dengan diberikan instruksi oleh guru itu sendiri yang nantinya akan sama-sama dilakukan sehingga terjadi kegiatan yang dapat membuat rileks dan siswa lebih gembira. Fadillah dalam (Mawati, 2023) menjelaskan bahwa dikatakan pembelajaran apabila terjadi interaksi antara peserta didik dengan pendidik, serta diikuti dengan sumber belajar yang memadai yang terdapat dalam lingkungan belajar sehingga terjadi perubahan-perubahan perilaku tertentu. Oleh

karena itu *ice breaking* akan menjadi *treatment* yang tepat dalam membangkitkan kembali semangat belajar siswa. Pemberian teknik *ice breaking* dalam bentuk kegiatan bermain, dapat meningkatkan konsentrasi siswa dalam belajar karena permainan melalui teknik *ice breaking* dapat menciptakan suasana yang tidak tegang dalam berinteraksi, pembelajaran tidak membosankan, dan perhatian lebih terfokus. Teknik *ice breaking* sebagai teknik bimbingan kelompok diupayakan sebagai teknik untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa, karena dengan teknik *ice breaking* siswa dapat belajar sesuatu tanpa mempelajarinya yang dilakukan melalui sikap saling bekerjasama dan diskusi kelompok, untuk memainkan sebuah permainan yang dilakukan secara bersama-sama. Oleh karena itu teknik *ice breaking* diyakini sangat cocok diterapkan dalam membantu siswa mengatasi masalah kejenuhan belajarnya.

Pembelajaran *ice breaking* dapat meningkatkan minat belajar siswa. Dengan memberikan *ice breaking* yang beragam dan menarik, siswa akan lebih terlibat dan kecil kemungkinannya untuk merasa bosan saat belajar di kelas. Namun penelitian tersebut juga menemui kendala, yang pertama adalah jika guru tidak berhati-hati dalam menggunakan pemecah kebekuan, kegembiraan siswa yang berlebihan dapat menyebabkan kekacauan di kelas yang sulit dihentikan. Kendala yang kedua adalah karena *ice breaking* merupakan hal yang baru, maka perlu dijelaskan terlebih dahulu aturan-aturan *ice breaking* yang akan kita gunakan agar siswa lebih mudah memahaminya dan tidak bingung. Kendala yang terakhir adalah masih adanya beberapa siswa yang menunjukkan tanda-tanda kebosanan terhadap proses pembelajaran, seperti: Ada siswa yang malu mengikuti gerakan *ice breaking* yang dilakukan guru karena mengantuk dan berlarian saat belajar, atau karena belum terbiasa dengan kehadiran *ice breaking*. Faktor pendukungnya adalah minat belajar siswa, tuntutan siswa terhadap *ice breaking*, guru yang ramah dan menarik, serta tempat belajar yang nyaman.

Menurut Putri sebagaimana dikutip (Waskita, 2022) bahwa keunggulan penerapan *ice breaking* dalam pembelajaran adalah meningkatkan minat siswa, meningkatkan kerjasama antar siswa, meningkatkan kreatifitas siswa, dan menumbuhkan kesadaran siswa. Kelemahan penerapan *ice breaking* dalam pembelajaran adalah penerapan metode ini sangat ditentukan oleh keikutsertaan peserta didik dan bisa lupa waktu karena peserta didik asyik bermain.

Manfaat *ice breaking* menunjukkan bahwa kegiatan *ice breaking* benar-benar dapat membantu dan berkontribusi terhadap pembelajaran yang berkualitas dan menyenangkan.

## KESIMPULAN

Pendidikan nasional bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa untuk pertumbuhan spiritual, refleksi diri, dan pertumbuhan pribadi melalui proses belajar dan pembelajaran aktif. Guru dan staf pengajar harus bekerja secara profesional untuk mendukung siswa dan mengembangkan strategi pembelajaran yang efektif. Di sekolah dasar, proses pembelajaran bersifat pasif, guru hanya menjelaskan materi dan siswa mengandalkan masukan dari guru. *Ice breaking* dapat menjadi solusi permasalahan tersebut, memberikan motivasi, fokus, dan kesenangan selama belajar. *Ice breaking* juga dapat meningkatkan keterlibatan dan motivasi siswa, sehingga menghasilkan kinerja akademik dan pengembangan keterampilan sosial yang lebih baik. Ini juga merupakan teknik pembelajaran berbasis kelompok yang membantu siswa terlibat dalam kegiatan kelompok dan diskusi. Guru harus peka terhadap perbedaan individu dan menyesuaikan kegiatan *ice breaking* sesuai dengan kebutuhan dan minat siswa.

Dengan memasukkan *ice breaking* ke dalam strategi pengajaran mereka, guru dapat menciptakan pengalaman belajar yang lebih menarik dan relevan bagi semua siswa. *Ice breaking* merupakan salah satu metode yang dapat membantu guru meningkatkan motivasi dan menjadikan siswa aktif dalam belajar. Hal ini efektif dalam meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran.

*Ice breaking* merupakan kegiatan yang membantu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Dalam penelitian ini penelitian kualitatif digunakan untuk menganalisis data dari dua jenis data yaitu data formal dan data material. Data formal terdiri dari data formal yang berkaitan dengan *ice breaking*, sedangkan data material terdiri dari data material. Studi tersebut menemukan bahwa teknik *ice breaking* dapat membantu siswa mengatasi tantangan dalam belajar. Teknik-teknik tersebut meliputi kerja kelompok, kreativitas, dan kolaborasi, yang dapat meningkatkan pengalaman belajar siswa. *Ice breaking* juga dapat membantu siswa menjadi lebih terlibat dan mengurangi stres selama pembelajaran.

Kesimpulannya, *ice breaking* adalah alat yang berharga untuk meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam belajar. Hal ini dapat membantu siswa menjadi lebih terlibat dan mengurangi stres selama pembelajaran. Namun, penting untuk mempertimbangkan kebutuhan spesifik setiap siswa dan menyesuaikan teknik dengan kebutuhan spesifik mereka.



Gambar 1. Persiapan Pelaksanaan *ice breaking*



Gambar 2. Pelaksanaan *ice breaking*

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada ketua Yayasan Widyaswara Indonesia ibu Eva Suryani, S.Pi, M.M, selanjutnya kepada bapak Dr. Fidel Efendi, S.Pd.,M.M selaku ketua STKIP Widyaswara Indonesia, berikutnya kepada ibu Fitriani,S.Pd.,M.Sn selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penulisan laporan PKM, dan kepada ibu Yuli Irwati, S.Pd selaku kepala sekolah di UPT SD Negeri 15 Kampai yang telah memberikan bimbingan dan binaan serta motivasi pada penulis, dan kepada ibu Sasta Melinda, S.Pd selaku guru pamong yang telah membantu penulis dalam PKM, serta bapak/ibu majelis guru Di UPT SD Negeri 15 Kampai yang telah banyak memberikan arahan, dukungan maupun semangat kepada penulis dalam pelaksanaan praktik PKM, yang selanjutnya kepada orang tua beserta keluarga yang telah memberikan dorongan serta do'a.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arifudin, O. (2023). Pendampingan Meningkatkan Kemampuan Mahasiswa Dalam Submit Jurnal Ilmiah Pada Open Journal System. *Jurnal Bakti Tahsinia*, 1(1), 50–58.
- Asmani, J. M. (2015). *Sudahkah anda menjadi guru berkarisma*. Yogyakarta: Diva Press
- Bakhtiar, M. I. (2015). Pengembangan Video Ice Breaking Sebagai Media Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 1 (2): 150-162.
- Cindyana, E. A., Alim, J. A., & Noviana, E. (2022). Pengaruh Pembelajaran Berdiferensiasi Berbantuan Materi Ajar Geometri Berbasis Rme Terhadap Kemampuan Penalaran Matematis Siswa Kelas 3 Sekolah Dasar. *JURNAL PAJAR (Pendidikan Dan Pengajaran)*, 6(4), 1179.
- Faijin, F., Nurmaya, A., & Muhamadiyah, M. (2021). *Efektivitas Penerapan Ice Breaking Untuk Mengatasi Kejenuhan Mahasiswa Dalam Pembelajaran Bk Kelompok*. Guiding World : Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 4(1), 1–10.

- Indrawati, M. (2019). Efektivitas Teknik Ice Breaking dalam Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tambang. *UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU*.
- Lafendry, Ferdinal. 2018. *Ice Breaking For Teacher*. Shafira Tama Edukasi Training & Consulting.
- Mawati, A. T. (2023). Dampak Pergantian Kurikulum Pendidikan Terhadap Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Primary Edu*, 1(1), 69–82
- Suhartono, I. B. (2016). Penerapan ice breaking sebagai upaya peningkatan efektivitas proses belajar mengajar siswa kelas iv sdn mulyorejo ii ngantang.
- Sulastri, U. (2014). Tips & Trik Ciptakan “WOW” di Sekolah. *Luxima*.
- Sunarto. (2017). Ice Breaker dalam Pembelajaran Aktif. *Yuma Pustaka*.
- Waskita, D. T. (2022). Kemampuan Motorik Kasar Melalui Teknik Permainan Lari Estafet Pada Anak Usia 3-4 Tahun. *Jurnal Tahsinia*, 3(1), 53–62.