

Edukasi Penggunaan Ice Breaking Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa di SDN 07 Tanjung Batu

Itryah¹⁾, Ani Vusvita Sari²⁾

^{1,2)} Universitas Bina Darma Palembang.

itryah@binadarma.ac.id

ABSTRAK: Kurangnya konsentrasi siswa di sekolah adalah masalah yang umum dijumpai dalam dunia pendidikan. Berbagai faktor, baik internal maupun eksternal, dapat menyebabkan kesulitan siswa dalam mempertahankan fokus saat belajar. Faktor internal dapat mencakup masalah psikologis seperti stres, kecemasan, atau rendahnya motivasi. Siswa yang tidak tertarik dengan materi yang diajarkan atau merasa bahwa pelajaran tidak relevan dengan kehidupan mereka cenderung lebih mudah kehilangan konsentrasi. Untuk meningkatkan motivasi dan konsentrasi belajar siswa, diperlukan permainan edukatif dalam proses pembelajaran. Pendekatan yang digunakan dalam pengabdian ini adalah psikoedukasi melalui ice breaking, dan hasilnya menunjukkan bahwa permainan edukatif efektif dalam melatih konsentrasi siswa.

Kata kunci : Konsentrasi, Ice breaking, Siswa.

ABSTRACT: *Students' lack of concentration at school is a common problem found in the world of education. Various factors, both internal and external, can cause students to have difficulty maintaining focus while studying. Internal factors can include psychological problems such as stress, anxiety, or low motivation. Students who are not interested in the material being taught or feel that the lesson is not relevant to their lives tend to lose concentration more easily. To increase students' learning motivation and concentration, educational games are needed in the learning process. The approach used in this service is psychoeducation through ice breaking, and the results show that educational games are effective in training students' concentration.*

Keywords: *concentration, ice breaking, students*

PENDAHULUAN

Desa Seri Bandung menghadapi masalah serius terkait rendahnya kesadaran masyarakat terhadap lingkungan, yang terlihat dari kebiasaan membuang sampah sembarangan tanpa mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin timbul. Selain itu, perhatian juga diperlukan pada sistem pendidikan di sekolah-sekolah, khususnya di SDN 07 Tanjung Batu. Berdasarkan observasi, proses belajar mengajar di sekolah tersebut cenderung monoton dan kaku, membuat anak-anak mudah merasa bosan. Untuk mengatasi masalah kebosanan ini, penting untuk mengintegrasikan permainan dalam kegiatan belajar agar dapat meningkatkan konsentrasi siswa dan mengurangi kejenuhan. Oleh karena itu, guru diharapkan dapat menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dengan menggunakan metode ice breaking di awal, tengah, atau akhir pelajaran. Ice breaking sendiri merupakan istilah yang merujuk pada kegiatan atau permainan sederhana yang bertujuan untuk mencairkan suasana yang kaku dan membangkitkan semangat belajar siswa (Tiyara & Amirudin, 2020).

Ice breaking diperlukan untuk menyegarkan lingkungan belajar, menghilangkan rasa bosan, dan meningkatkan motivasi belajar siswa. Hal ini disebabkan karena pada

tahap ini siswa merasa bosan dan jenuh dengan pelajaran sehingga perlu disegarkan kembali serta dikembangkan kembali potensi dan pemahamannya. Pelajaran telah selesai dengan baik. (Hidayatullah, 2020) Icebreaker dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar, menyegarkan lingkungan belajar, dan menghilangkan rasa bosan dan penat (Julianto 2013). Mengurangi ketegangan juga berfungsi untuk mengubah situasi membosankan menjadi situasi di mana orang-orang menjadi santai, terlibat, dan mampu mendengarkan pembicara di depannya dengan cermat (Sulistiyani, 2022).

Disimpulkan bahwa rendahnya konsentrasi di kalangan siswa dapat disebabkan oleh kesehatan yang buruk, kelelahan dan kantuk yang dapat menimbulkan masalah, serta ketidaksukaan terhadap guru dan materi pengajaran yang membosankan dan tidak menarik. Pentingnya konsentrasi saat belajar sangat menentukan keberhasilan akademis seorang siswa. Tingkat konsentrasi siswa dapat dilihat dari cara mereka fokus saat belajar. Tentu saja, sebagai pelajar, kita tidak bisa selalu belajar dengan giat. Terkadang kita merasa bosan atau malas dan berhenti belajar dengan giat. Pada hakikatnya dalam proses pembelajaran terdapat beberapa faktor yang mendorong siswa untuk terus belajar, namun terdapat pula beberapa faktor yang justru menghambat aktivitas belajar siswa (Suryana, 2019).

Menurut Handayani (2022), istilah konsentrasi belajar terdiri dari dua komponen, yaitu "konsentrasi" dan "belajar." Kata "konsentrasi" berasal dari bahasa Inggris yaitu "concentrate," yang berarti memusatkan, dan "concentration," yang berarti pemusatan. Konsentrasi belajar merujuk pada proses pemfokusan pikiran pada perubahan perilaku individu sebagai dampak dari pengalamannya dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Hal ini menunjukkan bahwa konsentrasi belajar memiliki pengaruh besar terhadap aktivitas belajar, dan seorang guru dapat menciptakan suasana yang mendukung agar siswa terbiasa fokus selama proses pembelajaran. Konsentrasi yang baik dapat membantu siswa dalam menguasai materi pelajaran, meningkatkan motivasi mereka, dan mendorong keterlibatan yang lebih aktif selama pembelajaran (Riinawati, 2021).

Dapat disimpulkan bahwa kegagalan konsentrasi pada peserta didik disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kondisi fisik yang tidak sehat, kelelahan, dan rasa kantuk, yang pada akhirnya dapat menjadi masalah. Selain itu, ketidaksukaan terhadap guru, materi pelajaran yang kurang menarik, dan membosankan juga turut berperan. Konsentrasi belajar yang baik sangat mempengaruhi prestasi belajar peserta didik, yang dapat dilihat dari sejauh mana mereka fokus saat belajar. Berdasarkan hal ini, penulis menyusun laporan kuliah kerja nyata tematik (KKNT) di SDN 07 Tanjung Batu. Mengingat berbagai permasalahan yang ada, penulis tertarik untuk lebih mendalami pengaruh ice breaking terhadap konsentrasi belajar siswa di sekolah tersebut.

PERMASALAHAN

Pada saat proses belajar mengajar, siswa SDN 07 Tanjung Batu sering dijumpai dengan wajah lelah, tidak antusias bahkan ketahuan sedang bermain dengan teman sekelasnya. Salah satu permasalahan yang sering terjadi pada siswa dalam proses pembelajaran adalah sulitnya konsentrasi pada saat proses pembelajaran. Siswa seringkali merasa bosan dalam proses pembelajaran bahkan tidak dapat berkonsentrasi pada jam pelajaran karena proses pembelajaran yang dilakukan guru terlalu monoton, kaku dan tidak internal. Maka diperlukan suatu hal baru yang dapat meningkatkan minat dan juga merangsang konsentrasi siswa, yaitu dengan menggunakan *ice breaking* pada saat proses

pembelajaran. *Ice breaking* adalah aktivitas atau permainan ringan yang dilakukan untuk menciptakan suasana yang lebih santai, membangun hubungan antar peserta, serta mempersiapkan mereka untuk kegiatan selanjutnya.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang diterapkan dalam kegiatan ini adalah metode psikoedukasi. Dalam konteks *ice breaking*, psikoedukasi bertujuan untuk menciptakan suasana yang nyaman, meningkatkan partisipasi peserta, serta membantu mereka memahami tujuan kegiatan dengan cara yang menyenangkan. Tahapan dalam metode psikoedukasi meliputi empat langkah, yaitu: pembukaan, inti kegiatan, praktik, dan penutupan.

PELAKSANAAN

Berikut adalah beberapa langkah yang diterapkan dalam metode psikoedukasi melalui permainan *ice breaking* bersama siswa kelas 6C dan 5B:

1. Kegiatan Pembukaan

Pada kegiatan pembukaan ini, siswa akan menyambut seluruh siswa di kelas, menyapa setiap siswa secara individu, dan kemudian memperkenalkan diri kepada semua siswa yang akan diajar pada beberapa pelajaran berikutnya.

2. Isi Kegiatan

Selama pelajaran berlangsung, penulis memantau perhatian siswa. Setelah sekitar 35 menit, siswa mulai kehilangan konsentrasi akibat suasana belajar yang terasa kaku. Untuk mengatasi hal ini, penulis menghentikan aktivitas yang sedang dilakukan dan mengajak siswa bermain sambil belajar guna meningkatkan konsentrasi mereka. Sebelum memulai *ice breaking*, penulis terlebih dahulu menjelaskan materi mengenai cara meningkatkan konsentrasi belajar melalui *ice breaking*, serta memberikan penjelasan tentang jenis-jenis *ice breaking* yang akan dilakukan dan memberikan contoh praktis.

3. Praktik

Setelah paham, para siswa langsung memainkan permainan “Tepuk Wow” untuk mencairkan suasana, dan terakhir diminta untuk bermain tebak-tebakan untuk melatih kemampuan dan meningkatkan konsentrasi. Strategi menggunakan tepuk tangan untuk mencairkan suasana berhasil mengubah suasana yang membosankan menjadi sangat antusias. Tepuk tangan serta tebak-tebakan turut meringankan suasana, membuat seluruh siswa sangat antusias dan terfokus dalam menjawab pertanyaan penulis.



Gambar 1. Pelaksanaan *Ice breaking*

4. Penutup

Setelah kelas berakhir, penulis mengucapkan terima kasih dan pembelajar memberikan dorongan kepada seluruh siswa untuk lebih fokus dalam proses pembelajaran serta menerapkan latihan yang telah diajarkan.

HASIL DAN LUARAN

Kegiatan KKNT dilaksanakan di Desa Seri Bandung, Kecamatan Tanjung Batu, Wilayah Pemerintah Daerah Ogan Ilir. Kegiatan KKNT dilaksanakan penulis selama 37 hari terhitung dari tanggal 16 Oktober sampai dengan 21 November 2024. Sebagai bagian dari kegiatan KKNT, dilaksanakan program individu yang disebut “Ice breaking Education” bagi siswa kelas 4 dan 6 di SD Negeri 07 Tanjung Batu untuk meningkatkan konsentrasi mereka.. Program ini berlangsung selama dua hari, 28 dan 29 Oktober 2024, dengan setiap sesi berlangsung selama 10-15 menit.

Sebagai langkah awal, observasi dilakukan untuk mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi siswa kelas 5B dan 6C SDN 07 Tanjung Batu, menjawab bahwa siswa di kelas 5B dan 6C masih kesulitan berkonsentrasi selama proses pembelajaran. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa perhatian siswa sering teralihkan oleh hal-hal yang tidak terlalu penting dan karenanya tidak memerlukan perhatian mereka. Misalnya, tidak ada gunanya belajar bila mengobrol dengan teman sekelas, bermain sendiri tanpa memperhatikan keadaan sekitar, atau hanya berdiam diri saja. Menurut (Malawi & Tristiar, 2016), konsentrasi merupakan proses perubahan perilaku yang mengekspresikan nilai-nilai fundamental, sikap, keterampilan, dan pengetahuan dalam berbagai pembelajaran dalam bentuk evaluasi, penerapan, dan penguasaan.

Konsentrasi belajar adalah proses di mana seseorang berusaha untuk fokus hanya pada kegiatan yang berkaitan dengan pembelajaran, sementara mengabaikan hal-hal lain. Fokus dalam pembelajaran memerlukan perhatian penuh terhadap materi yang sedang dipelajari dan mengesampingkan gangguan-gangguan yang tidak relevan (Bili & Dewi, 2019). Konsentrasi belajar berarti memusatkan perhatian pada kegiatan belajar dan mengabaikan segala sesuatu yang tidak terkait. Dalam konteks pendidikan, konsentrasi ini berfokus pada subjek yang diajarkan tanpa memperhatikan hal-hal yang tidak relevan. Untuk memastikan siswa dapat menangkap informasi dan instruksi yang diberikan oleh guru, membangun fokus belajar yang solid di kelas sangatlah penting. Berbagai aspek psikomotorik, emosional, dan kognitif dapat dimanfaatkan untuk mengidentifikasi fokus dalam proses pembelajaran (Amalia & Shoufika Hilyana, 2022).

Oleh karena itu penulis menggunakan metode psikoedukasi berupa ice breaking. Istirahat untuk meningkatkan konsentrasi siswa saat belajar. Proses Kedua, penerapan metode psikoedukasi yang digunakan dalam bentuk *ice breaking* keesokan harinya. Sebelum *ice breaking* diimplementasikan, penulis melanjutkan kegiatan belajar mengajar seperti biasa, termasuk pada saat proses pembelajaran penulis. Melakukan observasi untuk mengetahui tingkat konsentrasi siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Hilangnya konsentrasi dan konsentrasi siswa karena suasana pembelajaran yang kaku dan jenuh maka perlu dilakukan yaitu permainan edukasi untuk meningkatkan konsentrasi siswa dalam bentuk ice breaking.

Saat mencairkan suasana, ada baiknya untuk menyesuaikan permainan dengan usia dan minat siswa untuk membantu mereka berkonsentrasi. Sebab jika taktik yang

diberikan tidak disesuaikan dengan usia dan minat siswa, maka taktik tersebut bisa jadi tidak relevan dengan usia siswa, bahkan bisa jadi tidak sesuai dengan usianya. akan sangat tinggi. Itu tidak meningkatkan konsentrasi siswa. Beberapa siswa mungkin masih merasa malu atau tidak nyaman saat pertama kali menggunakan tepuk tangan sebagai permainan. Karena mereka tidak terbiasa menggunakan ucapan “Wow!” sebagai permainan dan ini akan menjadi kali pertama mereka mendengar atau melihatnya. Oleh karena itu, tugas penulis adalah mencoba dan membantu para siswa untuk berpartisipasi dengan lebih percaya diri dalam permainan pengenalan diri yang disediakan oleh penulis atau guru.

Pemilihan *ice breaking* yang tepat sangat berpengaruh terhadap kelancaran proses belajar, karena jika tidak disesuaikan dengan tingkat usia siswa, mereka akan kesulitan beradaptasi dan memahami ice breaking yang diberikan. Selain itu, waktu pelaksanaan *ice breaking* juga menjadi faktor penting yang harus diperhatikan. Jika waktu tidak dipertimbangkan dengan baik, pelaksanaan ice breaking bisa mengganggu proses pembelajaran siswa. Misalnya, meskipun waktu pembelajaran seharusnya berlangsung selama 2 jam, pelaksanaan *ice breaking* yang tidak tepat waktu justru dapat mengurangi waktu untuk menyampaikan materi inti. Oleh karena itu, penulis harus benar-benar memperhitungkan waktu yang tepat untuk memberikan *ice breaking*. Selama kegiatan *ice breaking*, penulis melakukan observasi untuk menentukan waktu yang paling sesuai, dan setelah pelaksanaannya, penulis menyimpulkan bahwa waktu yang ideal untuk melaksanakan ice breaking adalah di awal atau akhir pembelajaran.



Gambar 2. Evaluasi Pelaksanaan

Selain mengamati bagaimana siswa belajar di kelas, penulis juga mengajukan pertanyaan untuk mengetahui jenis pembelajaran apa yang mereka minati. Karena sebagian besar siswa di kelas 5B dan 6C SDN 07 Tanjung Batu menyadari adanya faktor internal dan eksternal yang memengaruhi mereka, penulis menggunakan permainan *ice breaking* sebagai solusi dan meminta siswa untuk meningkatkan konsentrasi mereka dengan mengajarkan mereka dengan permainan ini. Siswa dapat bersenang-senang bermain dan belajar bersama. Dalam proses belajar mengajar, tidak hanya keterampilan berbahasa saja yang memegang peranan penting, minat dan motivasi siswa juga

memegang peranan penting. Jika siswa terlibat dengan materi, pembelajaran akan lebih efektif. Menurut Ariesta dan Kusumayati (2018), hasil belajar siswa pada hakikatnya mencakup perubahan perilaku dalam ranah keterampilan psikomotorik, emosional, dan kognitif.

KESIMPULAN

Program kuliah kerja nyata di SD Negeri 07 Tanjung Batu yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik *ice breaking* untuk meningkatkan konsentrasi siswa di kelas 5 dan 6 SDN 07 Tanjung Batu memiliki dampak yang signifikan. Ketika suasana kelas menjadi lebih menyenangkan dan siswa berada dalam keadaan yang lebih positif setelah mengikuti *ice breaking*, mereka dapat mempertahankan fokus dengan lebih baik. Meski begitu, beberapa siswa masih menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas mereka. Namun, pembelajaran yang melibatkan *ice breaking* terbukti lebih efektif dibandingkan dengan metode yang hanya mengharuskan siswa mendengarkan penjelasan guru, karena teknik ini dapat mencegah rasa bosan di kalangan siswa.

Proses belajar akan lebih efisien ketika kegiatan *ice breaking* dimulai dengan pengenalan materi yang menarik, yang kemudian dipadukan dengan topik pelajaran. Saat instruksi untuk *ice breaking* diberikan, siswa mengikuti dengan penuh semangat. Selama pembelajaran berlangsung, siswa yang telah mengikuti *ice breaking* cenderung lebih fokus dan termotivasi dalam belajar. Hal ini disebabkan oleh kemampuan *ice breaking* dalam mengubah suasana yang tegang menjadi lebih santai dan menyenangkan. Teknik *ice breaking* ini digunakan untuk meningkatkan semangat dan konsentrasi siswa dalam mengatasi berbagai tantangan, seperti kesulitan memahami materi, kurangnya dorongan untuk belajar, dan masalah dalam mempertahankan konsentrasi.

Dari program kuliah kerja nyata di SDN 07 Tanjung Batu dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik *ice breaking* mempunyai pengaruh yang besar dalam meningkatkan konsentrasi siswa kelas 5 dan 6 Sekolah SDN 07 Tanjung Batu. Jika suasana kelas menyenangkan dan suasana hati siswa tetap baik meskipun stres sudah hilang, maka mereka akan mampu tetap fokus. Namun masih ada beberapa siswa yang merasa pekerjaannya sulit. Pembelajaran *ice breaking* jauh lebih baik dibandingkan pembelajaran yang hanya mendengarkan penjelasan guru saja, karena dapat menghindarkan siswa dari rasa bosan.

Siswa belajar lebih efektif ketika mereka memulai kegiatan pengenalan dengan memperkenalkan konten pembelajaran yang menarik yang dipadukan dengan materi kelas. Begitu instruksi pemecah kebekuan diberikan, para siswa mengikutinya dengan penuh semangat. Siswa yang menggunakan pemecah kebekuan untuk meningkatkan keterampilan belajarnya lebih terfokus dan termotivasi saat belajar. Karena meredakan situasi tegang membantu mengubahnya menjadi situasi damai dan menyenangkan. Untuk menggunakan teknik pemecah kebekuan guna meningkatkan antusiasme dan konsentrasi siswa, siswa mungkin menghadapi banyak masalah, seperti kesulitan memahami materi, kurangnya motivasi belajar, atau kurangnya fokus saat belajar akan menghadapi tantangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Handayani, F., Desyandri, D., & Mayar, F. 2022. Implementasi Seni Musik terhadap Konsentrasi Belajar Siswa dan Pembentukan Karakter di Kelas IV Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 11370-11378
- Isnawati, R. 2020. Cara Kreatif Dalam Proses Belajar (Konsentrasi Belajar pada Anak Gejala Gangguan Pemusatan Perhatian (ADD)). Jakad Media Publishing.
- Khoerunisa, T., & Amirudin, A. 2021. 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), 64-70.
- Puspitasari, F., & Marzuki, I. 2023. Implementasi Penerapan Ice breaking untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas III UPT SDN 52 Gresik. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 5405-5411.
- Rahmawati, K. 2016. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan linguistik. *Basic Education*, 5(3), 227-236.
- Sa'adiyah, K., & Suhaimy, F. 2023. Pengaruh Penggunaan Ice Breaking Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Studi Survei di SMK Negeri 7 Jakarta. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 9
- Suryana, I. B. 2019. Efektifitas Konseling Kelompok Dengan Teknik SelfManagement Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa, Doctoral dissertation, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang.

