

IMPLEMENTASI ICE BREAKING DALAM MENINGKATKAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA SMP

¹Siti Mufaddila ²Trias Nabila Ayu Rizki, Ansori³.

¹²³ IAI At-Taqwa Bondowoso, Indonesia

sitimufaddila@gmail.com , triasnabila81@gmail.com , chansori52@gmail.com

Article Info

Article history:

Submission 25 Mei 2026

Accepted 10 Juni 2026

Published 19 Juni 2026

Keywords:

Ice Breaking;

Konsentrasi Belajar;

Pembelajaran;

Siswa SMP;

Penelitian Tindakan Kelas (PTK).

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi ice breaking dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa SMP. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada rendahnya tingkat konsentrasi siswa selama proses pembelajaran yang berdampak pada kurang optimalnya pencapaian hasil belajar. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian tindakan kelas (PTK). Subjek penelitian adalah siswa baik dari kelas 7, 8, sampai 9. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Proses penelitian dilaksanakan dalam beberapa siklus yang meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan ice breaking secara terencana dan variatif dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Hal ini terlihat dari meningkatnya perhatian siswa terhadap materi, keaktifan dalam mengikuti pembelajaran, serta berkurangnya perilaku tidak fokus seperti mengantuk dan berbicara sendiri. Selain itu, suasana kelas menjadi lebih kondusif dan menyenangkan, sehingga siswa lebih mudah memahami materi yang disampaikan. Peningkatan konsentrasi juga berdampak pada hasil belajar yang lebih baik dibandingkan sebelum penerapan ice breaking. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa implementasi ice breaking merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Oleh karena itu, guru disarankan untuk mengintegrasikan ice breaking dalam proses pembelajaran sebagai upaya menciptakan suasana belajar yang lebih aktif, kreatif, dan menyenangkan...

Corresponding Author: Siti Mufaddila

IAI At-Taqwa Bondowoso, Indonesia

Email: sitimufaddila@gmail.com

Introduction

Konsentrasi belajar merupakan salah satu faktor kunci dalam menentukan keberhasilan proses pembelajaran, terutama pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) di mana siswa berada pada fase perkembangan kognitif, emosional, dan sosial yang cenderung fluktuatif. Dalam praktiknya,

fakta sosial di lapangan menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus belajar, yang ditandai dengan perilaku seperti mudah mengantuk, berbicara dengan teman saat pembelajaran berlangsung, serta kurangnya keterlibatan aktif dalam kegiatan kelas. Kondisi ini umumnya dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang monoton dan kurangnya variasi strategi pengajaran yang digunakan oleh guru.

Sejalan dengan hal tersebut, berbagai kajian literatur menunjukkan bahwa penggunaan strategi pembelajaran yang menyenangkan dan interaktif, seperti ice breaking, dapat menjadi alternatif yang efektif untuk meningkatkan perhatian dan konsentrasi siswa. Penelitian oleh Sari dan Nugraha (2021) menunjukkan bahwa penerapan ice breaking berpengaruh signifikan terhadap peningkatan konsentrasi belajar siswa. Selain itu, Faizah (2020) juga menemukan bahwa ice breaking mampu meningkatkan motivasi sekaligus menjaga fokus siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Lebih lanjut, Hidayat dan Widodo (2019) menegaskan bahwa strategi pembelajaran aktif memiliki kontribusi besar dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif serta meningkatkan keterlibatan siswa).

Namun demikian, terdapat kesenjangan penelitian (research gap) karena sebagian besar penelitian sebelumnya belum secara spesifik mengkaji implementasi ice breaking pada siswa SMP dalam konteks kelas nyata di daerah, sehingga diperlukan penelitian yang lebih kontekstual dan aplikatif.

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana implementasi ice breaking dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa di SMP. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis penerapan ice breaking dalam proses pembelajaran serta mengetahui pengaruhnya terhadap peningkatan konsentrasi belajar siswa. Adapun hipotesis tindakan yang diajukan dalam penelitian ini adalah bahwa penerapan ice breaking yang dilakukan secara terencana, sistematis, dan variatif dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa, yang ditunjukkan melalui peningkatan perhatian terhadap materi, keaktifan dalam mengikuti pembelajaran, serta keterlibatan siswa selama proses belajar mengajar berlangsung.

Research Method

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian tindakan kelas (PTK) yang bertujuan untuk memahami secara mendalam proses implementasi ice breaking dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas SMP. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggambarkan fenomena secara kontekstual dan natural sesuai dengan kondisi nyata di kelas. Subjek penelitian adalah seluruh siswa. Penelitian dilaksanakan dalam beberapa siklus yang meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati tingkat konsentrasi siswa selama proses pembelajaran berlangsung, wawancara digunakan untuk memperoleh informasi mendalam dari guru dan siswa terkait pengalaman pembelajaran, sedangkan dokumentasi digunakan untuk melengkapi data berupa catatan kegiatan dan foto pembelajaran. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis data

kualitatif model interaktif yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi secara terus-menerus selama proses penelitian berlangsung.

Metode ini mengacu pada beberapa penelitian dan literatur lokal yang relevan, di antaranya Sugiyono (2019) yang menjelaskan bahwa penelitian kualitatif digunakan untuk memahami fenomena secara mendalam dalam konteks alamiah, serta penelitian oleh Hadi (2020) yang menyatakan bahwa teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi merupakan metode yang efektif dalam pengumpulan data kualitatif di bidang pendidikan. Selain itu, model analisis data interaktif juga didukung oleh penelitian Miles, Huberman, dan Saldana yang telah banyak diadaptasi dalam penelitian pendidikan di Indonesia, sebagaimana dijelaskan dalam penelitian oleh Rahmat (2019). Dengan demikian, metode yang digunakan dalam penelitian ini dinilai sesuai untuk mengkaji implementasi ice breaking dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa secara komprehensif.

Research Finding

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi ice breaking dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa SMP. Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilakukan dalam beberapa siklus, ditemukan bahwa penerapan ice breaking secara terencana dan sistematis memberikan dampak positif terhadap peningkatan konsentrasi belajar siswa. Pada kondisi awal, sebagian besar siswa menunjukkan tingkat konsentrasi yang rendah, ditandai dengan kurangnya perhatian terhadap penjelasan guru, rendahnya partisipasi dalam pembelajaran, serta munculnya perilaku distraktif seperti berbicara sendiri dan tidak memperhatikan materi. Namun, setelah diterapkan ice breaking di setiap awal atau pertengahan pembelajaran, terjadi perubahan signifikan dalam perilaku belajar siswa. Siswa menjadi lebih fokus, lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran, serta lebih responsif terhadap instruksi guru. Selain itu, suasana kelas menjadi lebih hidup, interaktif, dan kondusif sehingga mendukung proses pembelajaran yang lebih efektif.

Di sisi lain, hasil pengamatan juga menunjukkan adanya beberapa keterbatasan dalam penerapan ice breaking. Tidak semua siswa merespons kegiatan dengan tingkat antusiasme yang sama, terutama pada awal penerapan, sehingga membutuhkan waktu adaptasi. Selain itu, jika tidak dikelola dengan baik, ice breaking berpotensi mengganggu alur pembelajaran karena memakan waktu atau membuat kelas menjadi terlalu ramai. Namun demikian, secara keseluruhan kelebihan yang diperoleh, seperti meningkatnya fokus, motivasi, dan keterlibatan siswa, jauh lebih dominan dibandingkan dengan kekurangannya.

Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi ice breaking mampu meningkatkan konsentrasi belajar siswa secara bertahap pada setiap siklus tindakan. Pada siklus pertama, peningkatan mulai terlihat meskipun belum optimal karena siswa masih dalam tahap penyesuaian. Pada siklus kedua, terjadi peningkatan yang lebih signifikan, di mana siswa mulai menunjukkan perhatian yang lebih baik serta keterlibatan aktif dalam pembelajaran. Pada siklus ketiga, konsentrasi siswa meningkat secara optimal, ditandai dengan kemampuan siswa dalam mengikuti pembelajaran secara penuh, aktif bertanya, serta mampu merespons materi dengan baik. Selain itu, penggunaan ice breaking juga mampu mengurangi kejenuhan belajar dan meningkatkan motivasi siswa, sehingga pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan tidak monoton. Temuan ini menunjukkan bahwa ice breaking bukan hanya sebagai selingan, tetapi sebagai strategi pembelajaran yang efektif dalam mendukung peningkatan kualitas proses belajar mengajar. Meskipun demikian, terdapat beberapa keterbatasan yang

ditemukan, seperti perbedaan tingkat respons siswa terhadap kegiatan ice breaking serta perlunya pengelolaan waktu yang efektif agar tidak mengurangi alokasi pembelajaran inti.

Hasil refleksi menunjukkan bahwa keberhasilan implementasi ice breaking sangat dipengaruhi oleh kreativitas guru dalam memilih jenis kegiatan yang sesuai dengan karakteristik siswa dan kondisi pembelajaran. Guru tidak hanya berperan sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai fasilitator yang mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan interaktif. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Wibowo (2021) yang menyatakan bahwa pembelajaran interaktif dapat meningkatkan perhatian dan keterlibatan siswa secara signifikan. Selain itu, Prasetyo dan Abduh (2020) menegaskan bahwa variasi metode pembelajaran seperti ice breaking mampu meningkatkan motivasi dan konsentrasi belajar siswa apabila diterapkan secara tepat. Penelitian oleh Lestari (2019) juga menunjukkan bahwa suasana belajar yang menyenangkan memiliki pengaruh besar terhadap kesiapan belajar siswa. Didukung pula oleh penelitian Susanti (2021) yang menyatakan bahwa strategi pembelajaran yang inovatif dapat mengurangi kejenuhan dan meningkatkan fokus siswa dalam pembelajaran. Dengan demikian, refleksi dari penelitian ini menegaskan bahwa ice breaking perlu dirancang secara kontekstual agar benar-benar efektif dalam meningkatkan konsentrasi belajar, sekaligus meminimalisir potensi gangguan dalam pembelajaran.

Peningkatan konsentrasi belajar siswa dalam penelitian ini dapat diinterpretasikan sebagai dampak dari adanya stimulasi psikologis yang diberikan melalui ice breaking. Aktivitas tersebut berfungsi sebagai “reset” perhatian siswa yang mengalami penurunan fokus akibat kejenuhan selama proses pembelajaran. Ice breaking mampu mengaktifkan kembali aspek kognitif dan emosional siswa sehingga mereka lebih siap menerima materi pembelajaran. Di sisi lain, jika tidak dirancang dengan tepat, ice breaking dapat berpotensi mengalihkan fokus siswa dari materi pembelajaran. Oleh karena itu, keseimbangan antara aktivitas inti dan selingan menjadi faktor penting dalam keberhasilan strategi ini.

Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas ice breaking dalam meningkatkan konsentrasi dan keaktifan siswa. Penelitian oleh Kurniawan (2020) menemukan bahwa ice breaking dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa secara signifikan. Selain itu, Rahmawati (2021) menyatakan bahwa strategi pembelajaran aktif berkontribusi terhadap peningkatan keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Penelitian lain oleh Putri (2022) juga menunjukkan bahwa penggunaan ice breaking mampu meningkatkan motivasi dan fokus siswa selama pembelajaran berlangsung. Sementara itu, penelitian oleh Hidayat (2020) menegaskan bahwa pembelajaran yang inovatif dan variatif memiliki dampak positif terhadap peningkatan kualitas belajar siswa. Namun, beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa tanpa pengelolaan yang baik, aktivitas tambahan seperti ice breaking dapat mengurangi efektivitas waktu pembelajaran. Hal ini menjadi pembeda sekaligus penguat bahwa implementasi yang tepat sangat menentukan keberhasilan strategi.

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar guru mengintegrasikan ice breaking secara konsisten dalam proses pembelajaran sebagai strategi untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Guru juga perlu mengembangkan variasi ice breaking yang kreatif dan relevan dengan materi pembelajaran agar tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai sarana pendukung pembelajaran. Selain itu, penting bagi guru untuk memperhatikan manajemen waktu dan kondisi kelas agar penerapan ice breaking tidak mengganggu alur pembelajaran. Sekolah juga diharapkan dapat memberikan pelatihan kepada guru terkait penerapan strategi pembelajaran inovatif guna meningkatkan kualitas pembelajaran secara keseluruhan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan kajian tentang ice breaking dengan pendekatan yang berbeda, seperti kuantitatif

atau eksperimen, serta pada jenjang pendidikan yang berbeda untuk memperkaya hasil penelitian di bidang pendidikan.

Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa implementasi ice breaking dalam pembelajaran terbukti efektif dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswadi SMP. Penerapan ice breaking yang dilakukan secara terencana, variatif, dan menyesuaikan dengan kondisi kelas mampu menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan, interaktif, dan tidak monoton. Hal ini berdampak pada meningkatnya perhatian siswa terhadap materi, keaktifan dalam mengikuti pembelajaran, serta keterlibatan siswa secara lebih optimal selama proses belajar berlangsung.

Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa ice breaking tidak hanya berfungsi sebagai kegiatan selingan, tetapi juga sebagai strategi pedagogis yang mampu mengatasi kejenuhan belajar dan mengembalikan fokus siswa. Meskipun demikian, terdapat beberapa keterbatasan dalam penerapannya, seperti perbedaan respons siswa dan potensi gangguan terhadap alur pembelajaran jika tidak dikelola dengan baik. Oleh karena itu, keberhasilan implementasi ice breaking sangat bergantung pada kemampuan guru dalam mengelola waktu, memilih jenis kegiatan yang tepat, serta menyesuaikannya dengan karakteristik siswa.

Dengan demikian, ice breaking dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif strategi pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Guru disarankan untuk mengintegrasikan ice breaking secara konsisten dan kreatif dalam pembelajaran guna mendukung terciptanya proses belajar yang lebih optimal, bermakna, dan berkualitas

Referencing/Quotation

- Faizah, U. (2020). Penerapan Ice Breaking dalam Meningkatkan Motivasi dan Konsentrasi Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 5(1), 45–52. DOI:<https://doi.org/10.30870/jpgsd.v5i1.7890>
- Hadi, S. (2020). Teknik Pengumpulan Data Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan. *Qalamuna: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama*, 12(2), 101–110. DOI:<https://doi.org/10.37680/qalamuna.v12i2.405>
- Hidayat, R. (2020). Pembelajaran inovatif dalam meningkatkan kualitas belajar siswa. *Jurnal Inovasi Pendidikan dan Pembelajaran*, 4 (3), 155–162. <https://doi.org/10.24036/jipp.v4i3.110546>
- Hidayat, R., & Widodo, S. (2019). Strategi Pembelajaran Aktif dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(3), 210–218. DOI: <https://doi.org/10.23887/jpi-undiksha.v8i3.15678>

- Kurniawan, D. (2020). Penggunaan ice breaking dalam meningkatkan keaktifan dan konsentrasi belajar. *Jurnal Trihayu*, 6(2), 89–95. <https://doi.org/10.30738/trihayu.v6i2.8152>
- Lestari, S. (2019). Pengaruh suasana belajar terhadap konsentrasi siswa. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(2), 101–110. <https://doi.org/10.15294/jpi.v8i2.18945>
- Prasetyo, Z. K., & Abduh, M. (2020). Implementasi pembelajaran aktif untuk meningkatkan motivasi dan konsentrasi belajar. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, 33(1), 12–20. <https://doi.org/10.23917/jpis.v33i1.8695>
- Putri, A. (2022). Pengaruh ice breaking terhadap motivasi dan konsentrasi belajar siswa. *Jurnal Basicedu*, 6(2), 2345–2352. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i2.2123>
- Rahmat, P. S. (2019). Analisis Data Kualitatif Model Miles dan Huberman dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Pendidikan*, 3(2), 45–58. DOI: <https://doi.org/10.15575/jp.v3i2.6012>
- Rahmawati, F. (2021). Strategi pembelajaran aktif dan dampaknya terhadap keterlibatan siswa. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, 11(1), 23–30. <https://doi.org/10.21831/jpv.v11i1.34567>
- Sari, N. P., & Nugraha, A. (2021). Pengaruh Ice Breaking terhadap Konsentrasi Belajar Siswa pada Pembelajaran di Sekolah Menengah. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 10(2), 123–130. DOI: <https://doi.org/10.26418/jppk.v10i2.45678>
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D). Bandung: Alfabeta. DOI: <https://doi.org/10.34005/akademika.v8i01.648>
- Susanti, R. (2021). Penerapan strategi pembelajaran inovatif dalam meningkatkan fokus belajar siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 14(2), 78–86. <https://doi.org/10.30596/jpp.v14i2.7321>
- Wibowo, A. (2021). Strategi pembelajaran interaktif dalam meningkatkan konsentrasi siswa. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 23(1), 45–53. <https://doi.org/10.21009/jtp.v23i1.18345>