

URGENSI ICE BREAKING BAGI SISWA DI ERA DIGITAL

Erik Anggariyana¹, Anang Fathoni^{2*}, Mazda Leva Okta Safitri³, Ana Andriani⁴

¹Pendidikan Guru Sekolah Dasar, FKIP, Universitas Terbuka, Indonesia

^{2,4}FKIP, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Banyumas, Indonesia

³Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Sriwijaya, Palembang, Indonesia

*Email Corresponding Author: ananglight@gmail.com

Abstract: *In educational activities, a teacher should adjust their teaching methods to match the characteristics of students in this digital era. The key to synchronization lies in the teacher's competence to conduct ice breaking and address the focus issues of students with other educators and the educational community. The capacity of teachers in ice breaking for students needs to be honed to keep up with the times. Therefore, this article is created with the aim of describing the urgency of ice breaking for students in the digital era. The research method employed in this study is literature review. The procedures include 5 stages: 1) determining the research topic; 2) gathering information from various sources; 3) classifying relevant references; 4) synthesizing relevant references; 5) writing the synthesis results. The findings of this study indicate that 1) ice breaking and addressing students' focus issues are crucial for a teacher as the main interaction between teachers, students, colleagues, school principals, policymakers, educational supervisors, and the educational community, serving as a means to break the monotony in learning; 2) ice breaking and addressing students' focus issues are highly needed in the field of education; 3) teacher-student communication in the digital era takes place in virtual spaces and classrooms through social media platforms such as Google Meet, WhatsApp Web, and others; 4) teachers are expected to participate in the technological advancements, especially in information technology, as one of the tools used for learning and communicating with students.*

Keywords: *Ice breaking, Digital Era, Boredom, Student Focus*

ABSTRAK: Dalam aktifitas pendidikan, hendaknya seorang guru melakukan penyesuaian pembelajaran dengan karakteristik peserta didik pada era digital ini. Kunci utamanya terhadap hal sinkronisasi ada dalam kompetensi guru untuk dapat melakukan ice breaking dan problematika tingkat fokus siswa dengan peserta didik, pendidik lain, dan masyarakat pendidikan. Hingga kapasitas kemampuan guru dalam ice breaking bagi siswa perlu di asah dan dapat mengikuti perkembangan zaman. Oleh sebab itu, artikel ini dibuat bertujuan untuk mendeskripsikan urgensi ice breaking bagi siswa di era digital. Jenis penelitian yang digunakan pada kegiatan penelitian yaitu penelitian literature review. Adapun prosedur yang digunakan dalam penelitian terdiri dari 5 tahapan, yakni 1) menentukan topic kajian; 2) mengumpulkan informasi dari berbagai sumber; 3) melakukan klasifikasi referensi yang sesuai dengan topik kajian; 4) melakukan sintesis referensi yang relevan; 5) menuliskan hasil sintesis. Maka hasil studi ini menunjukkan bahwa 1) ice breaking dan problematika tingkat fokus siswa menjadi bagian penting bagi seorang guru sebagai pokok interaksi antar guru dengan siswa, teman sejawat, kepala sekolah, pemegang kebijakan, pengawas pendidikan, dan masyarakat pendidikan sebagai pemutus kejenuhan dalam pembelajaran; 2) ice breaking dan problematika tingkat fokus siswa sangat dibutuhkan dalam dunia pendidikan; 3) komunikasi guru dengan siswa di era digital terjadi di ruang virtual dan ruang kelas melalui media social seperti googlemeet, whatsappweb dan yang lainnya; 4) guru dituntut untuk dapat berpartisipasi dalam perkembangan zaman khususnya dalam teknologi informasi sebagai salahsatu media yang dibunakan untuk belajar dan berkomunikasi dengan peserta didik.

Kata-kata kunci: Ice breaking, Era digital, Kejenuhan, Fokus siswa

Copyright © 2023 (Erik Anggariyana, Anang Fathoni, Mazda Leva Okta Safitri)

PENDAHULUAN

Kejenuhan merupakan masalah terberat dalam kegiatan pembelajaran di kelas, adakalanya siswa malah tertidur ataupun melakukan kegaduhan di dalam kelas. Bahkan

kejenuhan akan menimbulkan ketidak kondusifan kegiatan pembelajaran akibat kurangnya konsentrasi siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu penulis melakukan penelitian terhadap hal tersebut dan menghasilkan berbagai cara yang di antaranya adalah melalui Ice Breaking.

Istilah Ice Breaking ini mengacu pada aktivitas menghilangkan kebekuan dalam suatu kelompok ataupun kelas. (Kementrian Pekerjaan Umum dan Perumahan Rakyat, 2019). Ice Breaker merupakan aktivitas yang memiliki fungsi untuk mengubah suasana kebekuan dalam kelompok (Said, 2010, p. 1). Selanjutnya (Soenarno, 2005, p. 1) mendefinisikan bahwasannya Ice Breaking merupakan cara tepat untuk menciptakan suasana yang kondusif. Selain kondusif, suasana yang tercipta di kelas ataupun suatu kelompok juga lebih menyenangkan, penuh semangat, dan antusias. Ice breaking tentu juga berkorelasi dengan konsentrasi atau fokus seseorang, atau dalam konteks ini adalah peserta didik. Secara umum, rata-rata orang hanya mampu konsentrasi pada suatu hal dan hanya mampu sekitar 15 sampai 25 menit (Abi, 2018, p. 9). Adapun tujuan penelitian ini adalah menindak lanjuti kekurangan dari proses pembelajaran yang diakibatkan oleh kejenuhan atau kebekuan siswa pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung. Setelah diketahui bahwa melalui Ice Breaking dapat pengubah suasana kebekuan dalam kelompok.

Adapun prinsip pemberian ice breaking kepada peserta didik tentunya perlu memperhatikan hal-hal sebagai berikut, p. 1) porsi yang tepat dalam pemberiannya, yaitu tidak berlebihan ataupun tidak kurang; 2) pemilihan ice breaking perlu disesuaikan dengan usia peserta didik; dan 3) memperhitungkan waktu yang digunakan (Susanti, 2021, p. 39). Aktivitas ice breaking dapat dilakukan dalam waktu antara 5-15 menit, tergantung pada kebutuhan. Pada pembahasan sebelumnya, telah dibahas fungsi dari ice breaking diantaranya, 1) mencarikan suasana di awal pembelajaran; 2) menambah keakraban antar peserta didik; 3) menghilangkan jenuh dan bosan pada saat pembelajaran; 4) menambah konsentrasi; dan 5) meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Dalam konteks pendidikan, ice breaking dapat membantu mengurangi kecanggungan di antara siswa, memfasilitasi interaksi yang positif, dan meningkatkan keterlibatan siswa dengan materi pelajaran. Lebih dari itu, ice breaking juga memainkan peran penting dalam membangun keterampilan sosial dan emosional siswa, seperti kemampuan berkomunikasi, kerja sama, dan kepemimpinan.

Dalam era digital, Ice Breaking dapat menjadi alat yang efektif untuk memfasilitasi proses pembelajaran dan mengatasi kejenuhan siswa. Hal ini dapat membantu siswa agar tidak merasa jenuh dan tetap dapat fokus serta berkonsentrasi dengan baik pada pelajaran selanjutnya. Oleh karena itu, kegiatan Ice Breaking sangat penting untuk membangun kenyamanan dalam pembelajaran, dan guru perlu menguasai teknik ini. Guru juga berperan sebagai model yang diikuti oleh peserta didik, terutama dalam pembelajaran langsung, di mana guru harus mampu menarik perhatian siswa agar mereka tidak merasa jenuh sebelum pembelajaran dimulai. Interaksi antara siswa dan guru harus dibangun dengan prinsip etika yang benar, baik dalam ruang kelas maupun ruang virtual. Oleh karena itu, penulis artikel ini bertujuan untuk mendeskripsikan urgensi Ice Breaking bagi siswa di era digital. Artikel studi literasi tentang urgensi ice breaking bagi siswa di era digital menjadi penting karena memperlihatkan betapa krusialnya pembangunan hubungan sosial dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran.

Ice breaking tidak hanya sekadar kegiatan awal yang menyenangkan, tetapi juga menjadi fondasi bagi terciptanya lingkungan belajar yang inklusif dan mendukung.

METODE

Penelitian ini masuk pada *literature review*. *Literature review* adalah jenis penelitian sintesis yang digunakan bermaksud untuk menemukan bukti pada area yang dijadikan topik bahasan, guna menghasilkan teori ataupun membangun suatu konsep (Snyder, 2019). Pendekatan penelitian dilakukan secara sistematis dengan menelaah sumber-sumber dari buku, artikel ilmiah, dokumen, dan karya tulis lainnya. Hasil analisis didapatkan dari berbagai sumber yang berjumlah 23. Prosedur yang digunakan yaitu 1) menentukan topik bahasan yang berkaitan dengan *ice breaking* dan urgensinya; 2) mengumpulkan informasi dari berbagai referensi, yang dalam hal ini terkumpul sebanyak 23 referensi sebagai bahan untuk ditelaah dan dikaji; 3) melakukan kategorisasi referensi yang berkorelasi dengan topik bahasan; 4) melakukan reduksi dan sintesis referensi dengan menandai poin-poin penting; 5) menuliskan hasil sintesis (Fathoni & Prasodjo, 2022; Uddin et al., 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

HAKIKAT ICE BREAKING

Ice breaking merupakan dua kata yang diambil dari bahasa Inggris yang memiliki arti “memecah es”. Istilah ini tidak serta merta mengandung maksud melakukan aktivitas memecah es. Namun istilah ini mengacu pada aktivitas menghilangkan kebekuan dalam suatu kelompok ataupun kelas. Kementerian Pekerjaan Umum dan Perumahan Rakyat dalam pelatihannya (2019) menyebutkan bahwa Ice Breaking dibuat untuk “memecah suasana” pada sebuah acara, baik itu pesta atau pada acara pertemuan yang formal seperti seminar dan pelatihan.

Ice Breaker merupakan aktivitas yang memiliki fungsi untuk mengubah suasana kebekuan dalam kelompok (Said, 2010, p. 1). Selanjutnya (Soenarno, 2005, p. 1) mendefinisikan bahwasannya Ice Breaking merupakan cara tepat untuk menciptakan suasana yang kondusif. Selain kondusif, suasana yang tercipta di kelas ataupun suatu kelompok juga lebih menyenangkan, penuh semangat, dan antusias.

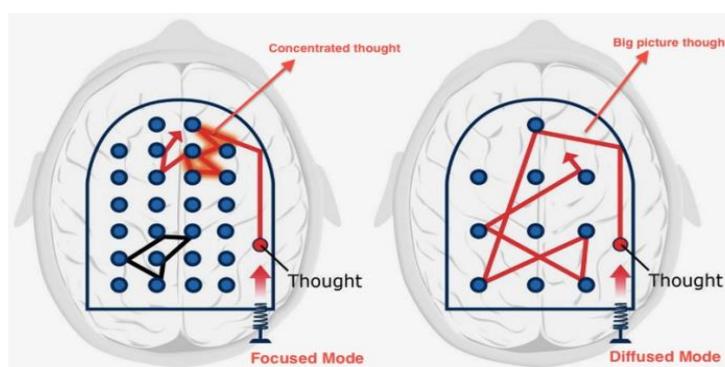
Tucker (2007, p. 6) mendefinisikan “Ice breaker is an activities meant to energize a group, make them familiar with each other or otherwise break down barriers that exist to facilitate greater learning or interaction in the future.” artinya bahwa ice breaker merupakan aktivitas atau kegiatan yang memiliki maksud untuk memberi energi pada suatu kelompok atau kelas, membuat mereka akrab satu dengan yang lain atau mendobrak hambatan yang ada untuk memfasilitasi pembelajaran atau interaksi yang lebih besar di masa depan. Artinya bahwa partisipasi dalam ice breaking dalam membantu individu merasa lebih nyaman sebelum melanjutkan pada aktivitas selanjutnya (Playworks, 2012, p. 5).

Ice breaking tentu berkorelasi dengan konsentrasi atau fokus seseorang, atau dalam konteks ini adalah peserta didik. Secara umum, rata-rata orang mampu berkonsentrasi pada satu fokus hal dan hanya sekitar 15 sampai 25 menit (Abi, 2018, p. 9). Pernyataan yang disampaikan oleh Abi (2018) tentu menjadi perhatian seorang leader, trainer, dan pendidik. Mengingat durasi konsentrasi atau attention span anak berbeda dengan remaja ataupun orang dewasa. Pada anak

yang memiliki attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) bahkan memiliki durasi konsentrasi yang lebih sedikit (Raniyah & Syamsudin, 2019; Tessarollo et al., 2022).

PENTINGNYA WAKTU ISTIRAHAT ATAU JEDA DALAM PEMBELAJARAN

Secara umum, hal ini tentu berkaitan dengan mode difuse atau mode istirahat otak setelah melakukan fokus. Oakley (2017) memperjelas dalam bukunya yang berjudul “Mindshift, p. Break Through Obstacles to Learning and Discover Your Hidden Potential” dan dalam kursus daring yang diselenggarakan oleh Arizona State University dalam kursus “Learning How To Learn for Youth” dan McMaster University dalam kursus “Mindshift, p. Break Through Obstacles to Learning and Discover Your Hidden Potential” bahwa manusia memiliki dua kondisi otak dalam menerima informasi. Kondisi ini dinamakan Focused Mode dan Diffused Mode.



Gambar 1. *Focused Mode and Diffused Mode* (Oakley, 2017)

Mode fokus terjadi ketika otak melakukan skema pemusatan perhatian pada obyek yang sedang dipelajari. Sementara mode diffuse adalah kondisi otak melakukan relaksasi atau istirahat. Pada mode difus pemikiran kreatif atau imajinatif akan muncul. Biasanya ketika mode fokus dilakukan secara berkesinambungan, tanpa adanya jeda untuk masuk ke mode difuse, konsentrasi atau attention span akan menurun dan menghasilkan pemikiran seseorang menjadi buntu.

Pentingnya waktu istirahat bagi otak, atau beralihnya mode otak dari fokus ke mode difus secara tersirat juga dijelaskan oleh Walker (2017) dalam bukunya yang berjudul *Teach Like Finland*. Walker menjelaskan bahwa siswanya ketika dia mengajar di Amerika, selalu terlihat menyeret kakinya setelah sekitar 45 menit. Sementara, ketika Walker pindah untuk mengajar di Finlandia, bahkan siswa menunjukkan pemberontakan atau perasaan tidak nyaman dengan berkata “Rasanya saya akan meledak! Saya tidak terbiasa dengan jadwal ini”. Walker kemudian membuat istirahat dengan cukup membuat siswa tetap segar dan focus seharian (Walker, 2017, p. 8). Sehingga dengan aktivitas Ice breaking tentu menjadi salah satu alternatif solusi untuk menangani penurunan attention span atau rentang konsentrasi/perhatian.

Dalam era digital, di mana peserta didik sering terpapar dengan banyak informasi sekaligus melalui perangkat teknologi, pentingnya ice breaking sebagai waktu istirahat otak menjadi semakin relevan. Dalam konteks pembelajaran online atau penggunaan perangkat digital dalam kelas, peserta didik sering mengalami kelelahan mental karena terlalu lama fokus

pada layar komputer atau perangkat mobile. Terus-menerus berada dalam mode fokus tanpa jeda dapat mengakibatkan penurunan konsentrasi dan motivasi belajar.

Melalui ice breaking, peserta didik memiliki kesempatan untuk berpindah dari mode fokus ke mode difus, memungkinkan otak mereka untuk bersantai sejenak. Aktivitas ice breaking yang menantang, kreatif, atau bersifat permainan tidak hanya menyegarkan pikiran, tetapi juga membantu memicu mode difus otak. Pada saat ini, peserta didik dapat merasa lebih rileks dan terbuka terhadap pembelajaran baru setelah melakukan sesi ice breaking.

Selain itu, dalam dunia digital, di mana komunikasi cenderung bersifat virtual, ice breaking juga memainkan peran penting dalam membangun hubungan sosial antara peserta didik. Aktivitas ini memungkinkan mereka untuk saling mengenal, meningkatkan keakraban, dan merasa lebih nyaman berinteraksi satu sama lain, meskipun melalui layar perangkat. Dengan membangun hubungan sosial yang baik, peserta didik menjadi lebih terbuka untuk berbagi ide, bertanya, dan berpartisipasi dalam diskusi kelas, yang pada akhirnya meningkatkan pengalaman belajar mereka.

Dengan demikian, ice breaking tidak hanya sekadar kegiatan menyenangkan, tetapi juga memiliki dampak signifikan pada kesejahteraan mental peserta didik di era digital. Menciptakan ruang untuk waktu istirahat otak melalui ice breaking tidak hanya membantu meningkatkan konsentrasi dan motivasi belajar, tetapi juga membangun hubungan sosial yang positif di lingkungan pembelajaran digital. Oleh karena itu, guru perlu memahami urgensi ice breaking dalam mendukung pembelajaran yang efektif dan menyenangkan di era digital ini.

FUNGSI ICE BREAKING

Ice breaking memegang peranan penting dalam pembelajaran guna mencairkan suasana hingga mengoptimalkan pembelajaran. Fungsi ice breaking secara umum juga sudah dipaparkan oleh (Said, 2010, p. 1) sebagai pengubah suasana kebekuan dalam kelompok. Batista (2012, p. 1) menyebutkan bahwa terdapat delapan fungsi umum dari ice breaking yaitu 1) Perkenalan; 2) Menghilangkan kejenuhan pada peserta didik; 3) Pemanasan sebelum kegiatan di luar ruangan; 4) Pengisi waktu jeda; 5) Meningkatkan semangat dan antusiasme peserta didik dalam mengikuti suatu kegiatan; 6) Pengantar sebelum materi; 7) Mengakrabkan peserta; 8) “Pemanis” dalam acara-acara tertentu seperti ulang tahun, launching product, dan lain sebagainya. Sementara itu, Broto (2020, p. 36) menjelaskan tentang fungsi dari Ice Breaking yaitu 1) Mencirikan suasana di awal pertemuan; 2) Membuka keakraban antar peserta; 3) Menghilangkan kejenuhan, dan rasa bosan di sela-sela sesi; 4) Menjadi pintu masuk/pengantar sebuah materi; 5) Menjadi bagian dari proses materi; 6) Menjadi penutup/kesimpulan dari sebuah materi; dan 7) Menjadi sarana untuk berkompetisi.

Beberapa poin yang disampaikan Broto tentu sejalan dengan Tucker (2007) dan Batista (2012) bahwa ice breaking mampu memberikan energi baru pada masing-masing individu, membuat semakin akrab satu dengan yang lain, dan mampu menghilangkan hambatan seperti kebosanan, kejenuhan, dan hilangnya konsentrasi, sehingga mampu memfasilitasi dalam optimalisasi pembelajaran. Selanjutnya, penggunaan ice breaking di awal pembelajaran tentu mengandung maksud menarik perhatian peserta didik sehingga pendidik akan mudah untuk memberikan materi yang akan diajarkan (Susanti, 2021, p. 39).

Sehingga dalam lingkup pembelajaran di kelas, penulis menyimpulkan fungsi dari ice breaking yaitu (1) mencarikan suasana di awal pembelajaran; (2) menambah keakraban antar peserta didik; (3) menghilangkan rasa jenuh dan bosan pada saat pembelajaran; (4) menambah konsentrasi; (5) meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Hal ini relevan dengan penelitian sebelumnya bahwa ice breaking mampu meningkatkan keinginan/motivasi belajar (Khoerunisa & Amirudin, 2020), hasil belajar, dan meningkatkan perhatian (Hastiyaningsih, 2018; Susannah & Alarifin, 2014).

Di era digital yang penuh dengan tuntutan dan distraksi, fungsi ice breaking dalam pembelajaran menjadi lebih krusial. Khususnya bagi siswa, aktivitas ice breaking memiliki peran penting dalam membantu mereka beradaptasi dengan lingkungan pembelajaran online yang seringkali kurang interaktif dan kurangnya interaksi sosial langsung. Fungsi ice breaking menjadi semakin vital karena dapat menciptakan suasana yang ramah dan akrab, meskipun melalui layar perangkat digital.

Salah satu fungsi ice breaking di era digital adalah mencarikan suasana yang nyaman di awal pembelajaran online. Dalam konteks pembelajaran jarak jauh, siswa seringkali merasa terisolasi dan sulit terhubung dengan guru dan teman-temannya. Aktivitas ice breaking yang diselenggarakan dengan kreatif melalui platform virtual dapat membantu mereka merasa lebih dekat dan terkoneksi dengan lingkungan pembelajaran. Selain itu, dengan adanya interaksi positif melalui ice breaking, siswa akan merasa lebih termotivasi untuk berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran online, mengurangi rasa jenuh, dan meningkatkan tingkat konsentrasi.

Fungsi ice breaking di era digital juga melibatkan peningkatan keakraban antar peserta didik secara online. Aktivitas-aktivitas yang mengharuskan siswa berkolaborasi melalui platform daring dapat memperkuat ikatan sosial di antara mereka. Hal ini menciptakan ruang bagi mereka untuk berbagi pengalaman, pendapat, dan pengetahuan, membantu menciptakan atmosfer yang inklusif di dalam kelas virtual.

Selain itu, ice breaking juga dapat digunakan sebagai strategi untuk menghilangkan rasa bosan dan kejenuhan yang mungkin muncul selama pembelajaran online yang cenderung monoton. Aktivitas yang menantang dan menghibur dapat memberikan kesegaran dan semangat baru kepada siswa, membantu mereka tetap fokus dan bersemangat dalam proses belajar.

Dalam esensi, fungsi ice breaking di era digital tidak hanya menciptakan interaksi sosial dan mempererat hubungan antar siswa, tetapi juga membantu mengatasi tantangan khusus yang muncul dalam pembelajaran online, seperti rasa terisolasi, kurangnya motivasi, dan kebosanan. Dengan menciptakan pengalaman pembelajaran yang positif dan inklusif melalui ice breaking, siswa dapat lebih baik bersiap menghadapi tantangan pembelajaran online dan tetap terlibat aktif dalam proses belajar mereka.

URGENSI ICE BREAKING DI KELAS

Prinsip pemberian ice breaking kepada peserta didik tentu perlu memperhatikan 1) porsi yang tepat dalam pemberiannya, yaitu tidak berlebihan ataupun tidak kurang; 2) pemilihan ice breaking perlu disesuaikan dengan usia peserta didik; dan 3) memperhitungkan waktu yang digunakan (Susanti, 2021, p. 39). Aktivitas ice breaking dapat dilakukan dalam waktu antara 5-

15 menit, tergantung pada kebutuhan. Pada pembahasan sebelumnya, fungsi dari ice breaking diantaranya, 1) mencarikan suasana di awal pembelajaran; 2) menambah keakraban antar peserta didik; 3) menghilangkan jenuh dan bosan pada saat pembelajaran; 4) menambah konsentrasi; dan 5) meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Begitu pula dengan pentingnya menyeimbangkan otak melalui aktivitas pada mode difus. Hal tersebut sejalan dengan pendapat (Luthfi, 2014) yang menekankan manfaat ice breaking yaitu 1) membuat proses penyerapan informasi menjadi optimal dan maksimal; 2) tumbuhnya motivasi pendidik dan peserta didik dalam pembelajaran; dan 3) menguatkan hubungan antara pendidik dan peserta didik. Pembahasan kali ini, akan lebih memfokuskan pada urgensi ice breaking di kelas.

Pembahasan tentang ice breaking tentu tidak lepas kaitannya dengan sifat manusia yang selalu menyukai permainan. Hal ini karena manusia merupakan Homo Ludens atau makhluk yang suka bermain (Hosaini, 2021, p. 3; Kiram, 2019, p. 78) mulai dari kecil sampai dewasa Artinya bahwa bermain bagi manusia merupakan suatu fitrah yang tidak bisa dipisahkan sejak dahulu hingga manusia menjadi dewasa. Namun hal yang perlu ditekankan pada bentuk permainannya saja yang tentunya berubah sesuai dengan usia, budaya, dan letak geografisnya. Dalam sudut pandang Pendidikan, tentu aktivitas bermain menjadi salah satu penunjang optimalisasi pembelajaran. Apabila melihat filosofis budaya di Jepang, maka akan diketahui salah satu filosofis yang terfokus pada sebuah permainan. Aktivitas bermain ini mampu menuntun perkembangan manusia pada kehidupannya. Melalui aktivitas bermain yang dimunculkan dalam kelas, tentu akan menambah kedekatan peserta didik dengan pendidiknya. Di Jepang ada suatu pemahaman konsep "*The theory is that if children have close bonds with their teachers they won't misbehave because they'll be afraid of disappointing them.*" (Muth, 2009). Teorinya bahwa jika anak-anak memiliki ikatan dekat dengan guru mereka, maka mereka tidak akan berperilaku buruk karena mereka akan takut mengecewakan gurunya.

Urgensi ice breaking di era digital terletak pada kemampuannya untuk menciptakan lingkungan pembelajaran yang kondusif, meningkatkan motivasi dan konsentrasi peserta didik, serta memperkuat hubungan antara pendidik dan peserta didik. Dalam konteks pendidikan di era digital, ice breaking menjadi lebih penting karena dapat membantu mengatasi tantangan-tantangan khusus yang muncul dalam pembelajaran online dan meningkatkan interaksi sosial antara peserta didik.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini adalah bahwa Ice Breaking merupakan suatu aktivitas yang memegang peranan penting dalam mengubah keadaan jenuh atau kebekuan dalam konteks pembelajaran. Penggunaan Ice Breaking menunjukkan bahwa ini merupakan pendekatan yang tepat untuk menciptakan suasana yang kondusif. Tak hanya kondusif, suasana yang tercipta melalui Ice Breaking juga menawarkan kegembiraan, semangat, dan antusiasme yang meningkat. Dengan demikian, Ice Breaking menjadi salah satu alternatif solusi yang potensial dalam mengatasi penurunan attention span atau rentang konsentrasi/perhatian peserta didik. Tidak hanya itu, Ice Breaking juga berperan dalam meredakan suasana selama proses pembelajaran, baik dalam setting kelas maupun virtual. Fungsinya melibatkan penghilangan kejenuhan dan rasa bosan pada peserta didik, sekaligus membentuk keakraban yang melibatkan

interaksi tanpa kecanggungan antara guru dan peserta didik. Penting juga untuk mencatat bahwa penerapan Ice Breaking harus memperhatikan waktu yang tepat, memastikan bahwa kegiatan tersebut terintegrasikan secara efektif dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu, Ice Breaking menjadi suatu metode yang tidak hanya relevan tetapi juga berdaya guna dalam konteks pembelajaran di era digital.

DAFTAR PUSTAKA

- Abi, R. H. (2018). *100 Ice Breaker For Teaching*. Guepedia Publisher.
- Batista, Y. (2012). *Games Indoor-Outdoor Paling Gress & Trik Modifikasi*. Galangpress Publisher.
- Broto, F. S. W. W. (2020). *Latihan Kepemimpinan Tingkat Dasar Metode AR*. Deepublish.
- Fathoni, A., & Prasodjo, B. (2022). Perundungan Dunia Maya dan Dampaknya Bagi Perkembangan Sosial Remaja. *Faktor: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 9(3), 306–316. <https://doi.org/10.30998/fjik.v9i3.13054>
- Hastiyarningsih, A. (2018). Peningkatan motivasi dan hasil belajar materi masalah-masalah ekonomi melalui pembelajaran kooperatif model ice breaking. *Jurnal Litbang*, XIV(1), 51–57.
- Hosaini, A. (2021). *Manajemen Manusia: Refleksi Diri Meraih Kesempurnaan Hidup*. Media Nusa Creative Publishing.
- Kementerian Pekerjaan Umum dan Perumahan Rakyat. (2019). *Modul Teknik Memecah Kebekuan (Ice Breaking)*. Kementerian Pekerjaan Umum Dan Perumahan Rakyat Direktorat Jendral Sumber Daya Air. https://bpsdm.pu.go.id/center/pelatihan/uploads/edok/2019/12/6e596_Teknik_Memecah_Kebekuan_Ice_Breaking_.pdf
- Khoerunisa, T., & Amirudin, A. (2020). Pengaruh Ice Breaking Terhadap Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran IPA di Kelas III Sekolah Dasar Islam Terpadu Nuurusshiddiq Kedawung Cirebon. *EduBase: Journal of Basic Education*, 1(1), 84. <https://doi.org/10.47453/edubase.v1i1.47>
- Kiram, P. H. Y. (2019). *Menelusuri Dan Menguak Nilai-nilai Luhur Olahraga: Pengantar Sosiologi Olahraga*. Prenada Media.
- Luthfi, M. F. (2014). Pembelajaran Menggairahkan Dengan Ice Breaking. *Jurnal Studi Islam Madinah*, Vol. 11(1), 103–107.
- Muth, R. D. (2009). *You can learn a lot about Japanese culture from kindergarten classes*. Japantoday.Com. <https://japantoday.com/category/features/opinions/you-can-learn-a-lot-about-japanese-culture-from-kindergarten-classes>
- Oakley, B. (2017). *Mindshift: Break Through Obstacles to Learning and Discover Your Hidden Potential*. TarcherPerigee.
- Playworks. (2012). *The 2011 - 2012 Playbook*. Playworks Organization. <https://www.twirpx.com/file/1648585/>
- Raniyah, Q., & Syamsudin, A. (2019). Centerred Concentration for ADHD Children via Educational Game. *Proceedings of the International Conference on Special and Inclusive Education (ICSIE 2018)*, 296(Icsie 2018), 422–426. <https://doi.org/10.2991/icsie-18.2019.79>
- Said, M. (2010). *80+ Ice Breaker Games: Kumpulan Permainan Penggugah Semangat*. ANDI.
- Soenarno, A. (2005). *Ice Breaker Permainan Atraktif-Edukatif*. Andi Offset.

- Susanah, R., & Alarifin, D. H. (2014). Penerapan permainan penyegar (ice breaking) dalam pembelajaran fisika untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar. *Jurnal Pendidikan Fisika*, 2(1), 42–50. <https://doi.org/10.24127/jpf.v2i1.104>
- Susanti, L. (2021). *Strategi Pembelajaran Online yang Inspiratif*. Elex Media Komputindo.
- Tessarollo, V., Scarpellini, F., Costantino, I., Cartabia, M., Canevini, M. P., & Bonati, M. (2022). Distance Learning in Children with and without ADHD: A Case-control Study during the COVID-19 Pandemic. *Journal of Attention Disorders*, 26(6), 902–914. <https://doi.org/10.1177/10870547211027640>
- Tucker, J. (2007). *The Ultimate Icebreaker & Teambuilder Guide*. Lulu.com Publishing.
- Uddin, A. M., Fathoni, A., & Samsuri, M. (2022). Urgensi Kecerdasan Interpersonal bagi Guru di Era Industri 4.0. *DIAJAR: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1(4), 455–461. <https://doi.org/https://doi.org/10.54259/diajar.v1i4.1178>
- Walker, T. D. (2017). *Teach Like Finland: Mengajar seperti Finlandia, 33 Strategi Sederhana untuk Kelas yang Menyenangkan* (A. F. Susanto (ed.)). Gramedia.