

MENINGKATKAN FOKUS BELAJAR MELALUI KEGIATAN ICE BREAKING ANAK USIA DINI

Marnia¹, Satariah², Susilawati³, Mufaro'ah⁴

STAIN Bengkalis

e-mail: kamarulkamarul392@gmail.com¹, syukur.2530@gmail.com², sl3946432@gmail.com³, muf.rohah@gmail.com⁴

INFORMASI ARTIKEL

Submitted : 2024-11-30
Review : 2024-11-30
Accepted : 2024-11-30
Published : 2024-11-30

KATA KUNCI

Ice Breaking, Pembelajaran, Anak Usia Dini

A B S T R A K

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pentingnya kegiatan ice breaking dalam proses belajar-mengajar. Seorang guru bukan hanya perlu mahir dalam mengajarkan materi pelajaran, tetapi juga harus mampu mengatasi kejenuhan anak didik. Salah satu cara untuk mengatasi kejenuhan ini adalah dengan melakukan kegiatan ice breaking. Penelitian ini menggunakan metode kajian pustaka (literature review), di mana data dan informasi dikumpulkan dari penelitian-penelitian sebelumnya yang relevan, seperti jurnal dan buku. Setelah data terkumpul, informasi tersebut dikelola dan dianalisis untuk mendapatkan hasil yang lebih mendalam. Berdasarkan hasil dari berbagai sumber, kegiatan ice breaking terbukti efektif dalam mengurangi kejenuhan dan meningkatkan kembali fokus anak usia dini saat proses pembelajaran. Kesimpulannya, ice breaking dapat membantu guru dalam membangkitkan semangat belajar anak dan membuat mereka lebih siap serta fokus ketika belajar.

A B S T R A C T

This research aims to explain the importance of icebreaking activities in the teaching and learning process. A teacher must not only be proficient in teaching subject matter, but also must be able to overcome student boredom. One way to overcome boredom is to do icebreaking activities. This research uses a literature review method, where data and information are collected from relevant previous research, such as journals and books. Once the data is collected, the information is managed and analyzed to obtain more in-depth results. Based on results from various sources, icebreaking activities have been proven to be effective in reducing boredom and increasing young children's focus during the learning process. In conclusion, icebreaking can help teachers raise children's enthusiasm for learning and make them more prepared and focused when studying.

Keyword: Ice Breaking, learning, early childhood.

PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah anak-anak yang berumur antara 0 hingga 6 tahun. Pada rentang usia ini, perkembangan mereka berlangsung sangat cepat. Karena itulah, masa ini sering disebut sebagai "usia emas," yang dianggap sangat penting untuk pertumbuhan dan pembelajaran dasar mereka (Hasanah, 2016). Usia dini adalah tahap yang dialami oleh setiap orang, dan ini hanya terjadi satu kali dalam hidup. Karena

itulah, usia dini menjadi fase yang sangat berharga dan tidak boleh diabaikan. Anak-anak di usia dini sedang mengalami banyak perubahan penting dalam perkembangan mereka. Pengetahuan tentang perkembangan anak usia dini meliputi semua aspek pertumbuhan mereka, baik fisik, emosional, sosial, maupun kognitif (Talango, 2020). Orang dewasa perlu menyiapkan mainan edukatif yang dapat mendukung tumbuh kembang anak sesuai dengan kebutuhan di setiap tahap usia mereka. Anak usia dini mencakup mereka yang masih dalam kandungan hingga anak-anak kecil yang sedang mengalami perkembangan fisik, mental, dan pembentukan kepribadian. Hal ini berlaku baik untuk anak-anak yang mengikuti program pendidikan usia dini maupun yang tidak (Berthelon et al., 2021).

Anak usia dini umumnya memiliki rentang perhatian yang sangat singkat. Oleh karena itu, seorang guru perlu menerapkan metode pembelajaran yang menarik untuk mempertahankan fokus mereka. Menurut Slameto (dalam Rosyadi, 2019:3), kemampuan berkonsentrasi sebenarnya dimiliki oleh setiap orang dan bisa dilatih, bukan merupakan bakat bawaan. Mengingat pentingnya keterampilan mengajar, guru harus memiliki metode khusus untuk meningkatkan konsentrasi dan daya ingat anak. Salah satu cara efektif untuk membantu anak lebih fokus adalah dengan mengajak mereka melakukan ice breaking di sela-sela pembelajaran.

Berdasarkan pemahaman ini, peneliti melihat bahwa kegiatan ice breaking dapat meningkatkan fokus belajar anak. Ice breaking mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan juga memecah kebekuan atau ketegangan fisik pada anak. Sunarto (2012:3) berpendapat bahwa ice breaking dapat menghidupkan suasana dan membuat anak lebih rileks, sehingga mereka lebih siap untuk kembali belajar dengan semangat baru.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Literature Review, yaitu metode yang dilakukan dengan mengumpulkan dan mengolah data dari penelitian-penelitian sebelumnya yang relevan (Triandini, 2019:64). Data yang didapat kemudian diidentifikasi, dikaji, dievaluasi, dan ditafsirkan agar menghasilkan informasi yang akurat.

Dengan kata lain, metode ini bertujuan mencari informasi dari berbagai penelitian terdahulu, seperti buku, jurnal, dan disertasi, lalu mengolah dan mengembangkan data tersebut untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan. Oleh karena itu, metode ini memerlukan banyak membaca dan referensi yang cukup kaya agar data yang diperoleh benar-benar relevan dan akurat sesuai dengan topik penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengertian Ice Breaking

Ice breaking adalah kegiatan yang bertujuan untuk menghilangkan kebosanan dan menciptakan suasana yang lebih santai dan menyenangkan. Saat ice breaking dilakukan dalam proses pembelajaran, diharapkan anak-anak menjadi lebih kondusif dan perhatian mereka kembali terfokus pada guru. Dengan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, pembelajaran bisa berjalan lancar, dan tujuan yang diinginkan dapat tercapai.

Suasana yang nyaman membuat anak-anak merasa tidak tertekan, sehingga lebih mudah untuk fokus dan berkonsentrasi saat belajar (Puspita, 2023: 11763). Selain itu, ice breaking juga membantu mengurangi rasa kantuk dan membuat anak-anak merasa

rileks. Dengan suasana yang santai, interaksi antara guru dan murid menjadi lebih menyenangkan, sehingga materi pun lebih mudah dipahami.

Kesimpulannya, ice breaking adalah kegiatan yang berfungsi untuk meredakan ketegangan, menciptakan suasana yang santai dan menyenangkan, dan membantu anak-anak kembali fokus selama belajar.

2. Bentuk – bentuk Penerapan Ice Breaking

Dalam menerapkan kegiatan ice breaking, guru memiliki banyak pilihan untuk dilakukan selama proses pembelajaran. Berikut beberapa contohnya:

a) **Bertepuk Tangan**

Kegiatan ini umum dilakukan, tetapi bisa menjadi ice breaking yang efektif dan menarik. Contohnya, guru menginstruksikan anak-anak untuk bertepuk tangan setiap kali guru melemparkan benda seperti bola atau spidol. Namun, jika guru tidak melempar benda tersebut, anak-anak tidak boleh bertepuk tangan. Jika ada yang salah, mereka akan mendapatkan "hukuman" yang mendidik, misalnya menghafal ayat Al-Quran atau doa sehari-hari (Abi, Hidayat, 2018: 24).

b) **Bernyanyi**

Ice breaking juga bisa dilakukan dengan bernyanyi, yang sangat disukai anak usia dini dan mudah diterapkan oleh guru. Aktivitas ini membantu menciptakan suasana yang ceria dan membangkitkan semangat anak-anak.

c) **Permainan (Game)**

Permainan di kelas dapat menjadi bentuk ice breaking yang efektif untuk mengatasi kejenuhan. Bermain game membuat suasana kelas lebih menyenangkan dan membantu anak-anak merasa lebih rileks serta siap kembali belajar dengan lebih fokus (Rifa Iva, 2012: 12).

d) **Senam**

Ice breaking juga bisa dilakukan dengan senam. Gerakan senam membantu anak-anak untuk rileks sekaligus melatih koordinasi tubuh mereka dengan gerakan yang teratur.

e) **Kalimat Pembangkit Semangat (Yel-Yel)**

Kalimat pembangkit semangat, seperti yel-yel, dapat membuat anak-anak lebih bersemangat dan kembali fokus belajar. Jika yel-yel ini sering digunakan oleh guru, anak-anak akan langsung fokus dan memperhatikan ketika mendengar yel-yel tersebut. Contoh yel-yel yang bisa diterapkan adalah ketika guru berkata, “Anak Sholeh sholehah,” dan anak-anak akan menjawab, “Siap..tutup mulut!” Respon ini membuat anak-anak kembali tertib, dan suasana kelas menjadi lebih terkontrol.

3. Prinsip – Prinsip dalam Penerapan Ice Breaking

Ada beberapa prinsip penting yang perlu diperhatikan dalam penerapan ice breaking, yang menjadi acuan dalam pelaksanaannya. Berikut adalah prinsip-prinsip tersebut:

a. **Efektivitas**

Saat menerapkan ice breaking, kita harus memastikan apakah kegiatan tersebut efektif atau tidak. Ice breaking harus mampu menghilangkan kejenuhan dan kebosanan dalam proses pembelajaran anak, agar mereka tetap terlibat dan semangat (Desmidar dkk, 2021: 123).

b. **Motivasi**

Ice breaking juga harus dapat memotivasi anak-anak, sehingga mereka merasa semangat dan kembali fokus pada pembelajaran. Ketika anak-anak termotivasi,

semangat belajar mereka akan meningkat, dan mereka akan lebih siap untuk mengikuti materi yang diajarkan.

c. **Sinkronisasi**

Kegiatan ice breaking sebaiknya sesuai dengan materi yang sedang diajarkan oleh guru. Dengan cara ini, materi yang disampaikan akan lebih mudah diingat oleh anak, dan mereka juga akan lebih mudah kembali fokus pada pembelajaran.

d. **Tidak Berlebihan**

Penting untuk memperhatikan durasi waktu saat melakukan ice breaking, agar tidak menghabiskan waktu pembelajaran secara berlebihan. Jika ice breaking dilakukan berlebihan, tujuan pembelajaran bisa terganggu dan tidak tercapai dengan maksimal (Maisah, 2019: 108).

e. **Tepat Situasi**

Ice breaking harus dilakukan sesuai dengan situasi yang ada. Misalnya, jika anak-anak sedang fokus dan tenang mengerjakan tugas, melakukan ice breaking pada saat itu bisa membuat mereka kehilangan fokus. Guru harus bisa membaca situasi dan memberikan jeda yang tepat sebelum menerapkan ice breaking.

f. **Tidak Mengandung Unsur Pornografi**

Sebagai pendidik, kita harus memastikan bahwa ice breaking yang diterapkan bersifat positif dan tidak mengandung unsur pornografi. Ice breaking harus mendidik dan sesuai dengan nilai-nilai moral yang baik.

g. **Tidak Mengandung Unsur SARA**

Ice breaking juga harus menghindari hal-hal yang berkaitan dengan SARA (Suku, Agama, Ras, dan Antar Golongan). Kegiatan ice breaking tidak boleh menyinggung anak-anak baik secara fisik maupun non-fisik, serta tidak boleh membedakan atau menghina agama, suku, ras, atau kelompok tertentu. Sebagai pendidik, kita perlu menanamkan nilai-nilai positif dan persaudaraan, karena anak usia dini cenderung meniru apa yang mereka lihat.

4. Manfaat Kegiatan Ice Breaking

Menurut (Fanani A, 2010 : 69) Kegiatan ice breaking memiliki banyak sekali manfaatnya pada proses pembelajaran diantaranya sebagai berikut.

- a. Melatih kemampuan berikir anak
- b. Dengan ice breaking dapat membuat anak berinteraksi dengan temannya
- c. Menghapus rasa jenuh ketika proses pembelajaran sedang berlangsung
- d. Membuat anak kembali fokus ketika proses pembelajaran
- e. Menghilangkan suasana yang tegang ketika saat proses pembelajaran berlangsung.
- f. Meningkatkan kemampuan dalam memecahkan masalah.
- g. Membangun kedekatan guru dengan anak peserta didik.

KESIMPULAN

Ice breaking adalah kegiatan yang bertujuan untuk meredakan ketegangan dan menciptakan suasana yang menyenangkan, rileks, serta tidak tertekan. Dengan menerapkan ice breaking, anak-anak dapat kembali fokus dan berkonsentrasi dalam pembelajaran. Beberapa bentuk kegiatan ice breaking yang bisa diterapkan antara lain bertepuk tangan, bernyanyi, bermain game, senam, dan kalimat pembangkit semangat seperti yel-yel.

Prinsip – prinsip dalam menerapkan kegiatan ice breaking yaitu harus Efektivitas, dapat memotivasi peserta didik agar semangat dalam belajar, Sinkronized, tepat situasi

dalam menerapkan ice breaking, tidak mengandung pornografi, dalam penerapannya tidak mengandung unsur SARA. Dengan menerapkan ice breaking ada beberapa manfaat yang didapatkan yaitu : Melatih kemampuan berikir anak, Dengan ice breaking dapat membuat anak berinteraksi dengan temannya, Menghapus rasa jenuh ketika proses pembelajaran sedang berlangsung, Membuat anak kembali fokus ketika proses pembelajaran, Menghilangkan suasana yang tegang ketika saat proses pembelajaran berlangsung, dapat meningkatkan kemampuan dalam memecahkan masalah., Membangun kedekatan guru dengan anak peserta didik.

SARAN

Sebagai pendidik, kita perlu menciptakan suasana yang menyenangkan bagi anak usia dini. Karena anak-anak pada usia ini memiliki rentang perhatian yang singkat, sangat penting bagi kita untuk menggunakan metode yang tepat dalam proses pembelajaran. Guru juga harus kreatif dalam menyampaikan materi. Jika situasi pembelajaran tidak kondusif dan anak-anak mulai kehilangan fokus, maka kegiatan ice breaking bisa menjadi solusi. Teknik dan bentuk ice breaking yang digunakan juga perlu disesuaikan agar pendidik dapat terus mengasah keterampilannya dalam hal ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abi, R. H. (2018). 100 Ice Breaking For Teaching. Guepedia.
- Desmidar, M. R. (2021). Efektivitas Ice Breaking dalam Mengurangi kejenuhan Peserta Didik Mempelajari Bahasa Arab. *Humanika Kajian Mata Kuliah Umum*. 21(2). 113 - 128.
- Fanani, A. (2010). Ice Breaking Dalam Proses Belajar Mengajar . *Buana Pendidikan : Jurnal Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Unipa Surabaya*.6(11).67 - 70.
- Maisah, S. (2019). Implementasi Ice Breaking dalam Pembelajaran Bahasa Arab bagi Non-Arab. *El-Ibtikar*. 8(1). 93-118.
- Musbikin , Imam. *Buku Pintar PAUD: Tuntunan Lengkap dan Praktis para Guru PAUD*. Yogyakarta: Laksana, 2010.
- Puspita, Y. (2023). Implementasi Ice Breaking untuk Menciptakan Kesiapan Belajar dan Pembelajaran Yang Menyenangkan pada Anak Usia Dini. *Journal on Education*. 5(4). 11758 - 11766.
- Rifa, I. (2012). *Koleksi Games Edukatif di Dalam dan Luar Sekolah*. Yogyakarta: Flash Book.
- Rosyadi, L. D. (2019). Pengaruh Ice breaking terhadap Motivasi Belajar Anak pada Kelompok B di TK Nurul Huda Krakahan. *Doctoral Dissertation*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Triandini, Jayanatha, dkk. (2019) . *Metode Systematic Literature Review untuk Identifikasi Platform dan Metode Pengembangan Sistem Informasi di Indonesia*. *Indonesian Journal of Information Systems (IJIS)*. 1(2). 63 - 77
- Sunarto. (2012). *Ice Breaker dalam Pembelajaran Aktif*. Surakarta: Cakrawala Media.
- Suryoharjo, K. (2012). *100+ Ice Breaker Penyemangat Belajar: Kiat Praktis Menghadirkan Suasana Belajar Segar dan Heboh*. Yogyakarta: Penerbit Ilman Nafia
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 717–733. <https://doi.org/10.21831/jpa.v5i1.12368>
- Talango, S. R. (2020). Konsep Perkembangan Anak Usia Dini. *Early Childhood Islamic Education Journal*, 1(1), 92–105. <https://doi.org/10.54045/ecie.v1i1.35>
- Berthelon, M., Kruger, D., & Sanchez, R. (2021). Maternal stress during pregnancy and early childhood development. *Economics and Human Biology*, 43(11452). <https://doi.org/10.1016/j.ehb.2021.101047>.