

1. Pendahuluan

Upaya manusia menuju kemajuan negara dilakukan melalui pendidikan. Pertumbuhan nasional yang positif dapat difasilitasi oleh tersedianya pendidikan. Sistem pendidikan terdiri dari berbagai bagian. Sebagai fasilitator pembelajaran, siswa dan guru merupakan unsur pertama. Proses pembelajaran yang sebenarnya, yang dipengaruhi oleh lingkungan eksternal dan sumber daya yang tersedia untuk melanjutkan pendidikan lebih lanjut, merupakan elemen kedua. Sedangkan interaksi antara pendidik dan murid menghasilkan unsur ketiga (Zakiyyah et al., 2022 : 74).

Jika prosesnya komunikatif maka tujuan pendidikan dapat tercapai. Tujuan pendidikan tidak dapat tercapai tanpa adanya proses yang dibangun atas dasar komunikasi. Koneksi dan keterlibatan guru-siswa yang baik akan menghasilkan lingkungan belajar yang menarik, kreatif, inventif, dan menyenangkan (dalam Inah, 2015: 153). Lebih lanjut menurut Ariyanti (dalam Arfahmi & Lubis, 2023), bagaimana proses pembelajaran berlangsung menentukan berhasil tidaknya tujuan pendidikan terwujud. Siswa harus hadir untuk semua kelas mereka di sekolah sampai jam pulang yang ditentukan. Siswa harus membaca, mendengarkan, memahami, dan menulis materi yang disampaikan guru kepada mereka selama proses pembelajaran. Siswa dapat menjadi tidak tertarik dan kehilangan konsentrasi pada pengajaran hingga mengalami pembelajaran yang berlebihan.

Orang pada umumnya tidak pandai fokus dan berkonsentrasi. Ketika disajikan dengan informasi yang membosankan, kebanyakan orang dapat fokus dan berkonsentrasi selama kurang lebih lima belas hingga dua puluh menit. Setelah itu, Anda biasanya akan bosan dengan pendidikan yang berkelanjutan dan fokus pada hal lain yang lebih menarik. Otak pasti akan menolak suatu stimulus yang tidak menarik dan membosankan, sehingga menurunkan kemampuannya dalam menerima dan memproses informasi baru.

Namun, siswa akan cenderung lebih aktif terlibat dalam pembelajaran jika otaknya dirangsang oleh hal-hal yang positif dan menyenangkan, terutama jika lingkungan belajarnya mendukung (Nanda dkk., 2022: 302). Oleh karena itu, diperlukan suatu strategi yang dapat menarik minat mereka agar dapat meningkatkan konsentrasi dan mengatasi kebosanan belajar. Menggunakan teknik pemecah kebekuan adalah salah satu strategi tersebut.

Memecahkan kebekuan untuk membuat situasi yang awalnya membeku seperti es menjadi lebih menyenangkan, memotivasi, dan interaktif dikenal dengan istilah icebreaking. Menurut Fanani (seperti dikutip dalam Rahmawati dkk., 2020: 314), icebreaking adalah taktik yang digunakan untuk menghilangkan stres, tantangan, dan monoton dalam skenario tertentu, sehingga memfasilitasi lingkungan yang lebih santai dan menyenangkan. Untuk memaksimalkan hasil pembelajaran, guru dapat menerapkan icebreaker pada awal pembelajaran. Mereka juga dapat memanfaatkannya untuk memecah kebosanan siswa yang dapat menyebabkan kelelahan selama pembelajaran, di tengah pembelajaran, atau bahkan di akhir pembelajaran. Guru dapat memanfaatkan kegiatan icebreaking untuk memasukkan sumber belajar, misalnya latihan brain icebreaker, ke dalam pembelajaran pendidikan Pancasila.

Pendidikan nilai dan moral merupakan ciri khas pendidikan Pancasila yang diajarkan sebagai mata pelajaran wajib di semua jenjang pendidikan, mulai dari SD hingga Perguruan Tinggi. Pembelajaran dengan tujuan mengembangkan moral atau sikap sebagai individu yang berwawasan luas, intelektual, dan berkecukupan secara sosial dikenal dengan pendidikan Pancasila. sebagaimana tertuang dalam UUD Negara Republik Indonesia Tahun 1945 dan Pancasila. Namun dalam praktiknya, mata pelajaran pendidikan Pancasila menghadapi sejumlah kesulitan, menurut Setiawan (dalam Dewi et al., 2020: 74). Hal ini antara lain dianggap kurang menarik, remeh, dan membosankan, serta berorientasi pada guru dan menggunakan pendekatan pengajaran yang berpusat pada buku teks.

Hal ini disebabkan oleh kelelahan fisik, mental, dan emosional serta menurunnya motivasi belajar. Sering keluar kelas untuk ke kamar kecil, merasa tidak ada kemajuan dalam belajar, kehilangan fokus saat belajar, tidak memperhatikan guru saat menjelaskan, dan teralihkannya pada hal lain di luar isi pelajaran adalah beberapa contohnya. gejala (Hafizah, 2020: 3).

Sesuai temuan wawancara dengan Ibu Mira Astari, S.Pd., Gr. pada tanggal 22 Februari 2024, beberapa siswa kelas IV sulit Upaya manusia menuju kemajuan negara dilakukan melalui pendidikan. Pertumbuhan nasional yang positif dapat difasilitasi oleh tersedianya pendidikan. Sistem pendidikan terdiri dari berbagai bagian. Sebagai fasilitator pembelajaran, siswa dan guru merupakan unsur pertama. Proses pembelajaran yang sebenarnya, yang dipengaruhi oleh

lingkungan eksternal dan sumber daya yang tersedia untuk melanjutkan pendidikan lebih lanjut, merupakan elemen kedua. Sedangkan interaksi antara pendidik dan murid menghasilkan unsur ketiga (Zakiyyah et al., 2022 : 74).

Jika prosesnya komunikatif maka tujuan pendidikan dapat tercapai. Tujuan pendidikan tidak dapat tercapai tanpa adanya proses yang dibangun atas dasar komunikasi. Koneksi dan keterlibatan guru-siswa yang baik akan menghasilkan lingkungan belajar yang menarik, kreatif, inventif, dan menyenangkan (dalam Inah, 2015: 153). Lebih lanjut menurut Ariyanti (dalam Arfahmi & Lubis, 2023), bagaimana proses pembelajaran berlangsung menentukan berhasil tidaknya tujuan pendidikan terwujud. Siswa harus hadir untuk semua kelas mereka di sekolah sampai jam pulang yang ditentukan. Siswa harus membaca, mendengarkan, memahami, dan menulis materi yang disampaikan guru kepada mereka selama proses pembelajaran. Siswa dapat menjadi tidak tertarik dan kehilangan konsentrasi pada pengajaran hingga mengalami pembelajaran yang berlebihan.

Orang pada umumnya tidak pandai fokus dan berkonsentrasi. Ketika disajikan dengan informasi yang membosankan, kebanyakan orang dapat fokus dan berkonsentrasi selama kurang lebih lima belas hingga dua puluh menit. Setelah itu, Anda biasanya akan bosan dengan pendidikan yang berkelanjutan dan fokus pada hal lain yang lebih menarik. Otak pasti akan menolak suatu stimulus yang tidak menarik dan membosankan, sehingga menurunkan kemampuannya dalam menerima dan memproses informasi baru.

Namun, siswa akan cenderung lebih aktif terlibat dalam pembelajaran jika otaknya dirangsang oleh hal-hal yang positif dan menyenangkan, terutama jika lingkungan belajarnya mendukung (Nanda dkk., 2022: 302). Oleh karena itu, diperlukan suatu strategi yang dapat menarik minat mereka agar dapat meningkatkan konsentrasi dan mengatasi kebosanan belajar. Menggunakan teknik pemecah kebekuan adalah salah satu strategi tersebut.

Memecahkan kebekuan untuk membuat situasi yang awalnya membeku seperti es menjadi lebih menyenangkan, memotivasi, dan interaktif dikenal dengan istilah icebreaking. Menurut Fanani (seperti dikutip dalam Rahmawati dkk., 2020: 314), icebreaking adalah taktik yang digunakan untuk menghilangkan stres, tantangan, dan monoton dalam skenario

tertentu, sehingga memfasilitasi lingkungan yang lebih santai dan menyenangkan. Untuk memaksimalkan hasil pembelajaran, guru dapat menerapkan icebreaker pada awal pembelajaran. Mereka juga dapat memanfaatkannya untuk memecah kebosanan siswa yang dapat menyebabkan kelelahan selama pembelajaran, di tengah pembelajaran, atau bahkan di akhir pembelajaran. Guru dapat memanfaatkan kegiatan icebreaking untuk memasukkan sumber belajar, misalnya latihan brain icebreaker, ke dalam pembelajaran pendidikan Pancasila.

Pendidikan nilai dan moral merupakan ciri khas pendidikan Pancasila yang diajarkan sebagai mata pelajaran wajib di semua jenjang pendidikan, mulai dari SD hingga Perguruan Tinggi. Pembelajaran dengan tujuan mengembangkan moral atau sikap sebagai individu yang berwawasan luas, intelektual, dan berkecukupan secara sosial dikenal dengan pendidikan Pancasila. sebagaimana tertuang dalam UUD Negara Republik Indonesia Tahun 1945 dan Pancasila. Namun dalam praktiknya, mata pelajaran pendidikan Pancasila menghadapi sejumlah kesulitan, menurut Setiawan (dalam Dewi et al., 2020: 74). Hal ini antara lain dianggap kurang menarik, remeh, dan membosankan, serta berorientasi pada guru dan menggunakan pendekatan pengajaran yang berpusat pada buku teks.

Hal ini disebabkan oleh kelelahan fisik, mental, dan emosional serta menurunnya motivasi belajar. Sering keluar kelas untuk ke kamar kecil, merasa tidak ada kemajuan dalam belajar, kehilangan fokus saat belajar, tidak memperhatikan guru saat menjelaskan, dan teralihkan pada hal lain di luar isi pelajaran adalah beberapa contohnya. gejala (Hafizah, 2020: 3).

Sesuai temuan wawancara dengan Ibu Mira Astari, S.Pd., Gr. pada tanggal 22 Februari 2024, beberapa siswa kelas IV sulit berkonsentrasi dan merasa bosan saat pembelajaran berlangsung karena kurang menikmati atau memahami materi. Terbentuknya sentimen kelesuan yang disebabkan oleh kelelahan fisik, kognitif, dan emosional merupakan penyebab utama kebosanan belajar pada siswa. Selain itu, strategi pengajaran yang kurang menarik, seperti yang digunakan dalam mata pelajaran pendidikan Pancasila, berkontribusi pada kecenderungan siswa untuk merasa tidak tertarik selama belajar. Karena banyaknya informasi atau penjelasan guru, pendidikan Pancasila menjadi salah satu mata pelajaran yang membuat siswa terkesan terganggu sehingga berujung pada kebosanan belajar. Namun dengan menggunakan pemecah

kebekuan, guru berupaya membuat pembelajaran menjadi menyenangkan. Salah satunya adalah mencairkan suasana dengan berteriak dan bernyanyi.

Pemecah kebekuan yang menarik yang disebut "icebreaking" mungkin bermanfaat banyak bagi lingkungan kelas. Hal ini dapat membantu mencairkan suasana, memicu rasa ingin tahu siswa, mempermudah terbentuknya hubungan yang bermakna, dan meningkatkan kualitas pengajaran. Minat belajar siswa meningkat secara signifikan ketika digunakan icebreaking pada siswa kelas VI SDN Basirih 5 Banjarmasin, menurut penelitian Annisa Meilida. Hal serupa terjadi setelah siswa SMAN 2 Banda Aceh memberikan icebreaking, penelitian yang dilakukan oleh Azzah Hafizah menunjukkan dampak yang signifikan terhadap tingkat kebosanan belajar mereka.

2. Metode Penelitian

Salah satu jenis penelitian kuantitatif adalah penelitian ini. Pendekatan kuantitatif menurut Sugiyono (2024:15), mengumpulkan data dengan menggunakan instrumen penelitian kuantitatif/statistik dan menganalisisnya untuk mengkarakterisasi dan mengevaluasi hipotesis yang telah dikemukakan sebelumnya guna menguji suatu populasi atau sampel tertentu. Dalam penelitian ini digunakan teknik pra-eksperimental. Melalui penggunaan *One Group Pretest-Posttest Design*, penelitian ini berupaya mengumpulkan informasi dan menarik kesimpulan mengenai dampak *brainteaser* terhadap kelelahan belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan Pancasila di kelas IV SDN 42 Pekanbaru.

Oleh karena itu, *pretest* merupakan penilaian awal yang dilakukan peneliti terhadap siswa sebelum melakukan pembelajaran. Selanjutnya, *icebreaking* digunakan untuk menangani subjek yang menjadi tidak tertarik pada pelajaran mereka. Terakhir, setelah perlakuan subjek, peneliti akan melakukan tindakan untuk mengetahui hasil *posttest*.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei hingga Juni 2024 di SDN 42 Pekanbaru, Jl. Adi Sucipto, Maharatu, Kecamatan. Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru, Riau (28289). Seluruh siswa kelas IV SDN 42 Pekanbaru dijadikan sebagai populasi penelitian ini, tepatnya ada 135 siswa di kelas IV.

Sedangkan sampelnya adalah siswa kelas IV D SDN 42 Pekanbaru yang berjumlah 33 orang. Karena populasinya terlalu besar, kelas IV D dijadikan sebagai sampel penelitian yang representatif. Dalam penelitian ini, kuesioner dan

dokumentasi merupakan metode yang digunakan untuk mengumpulkan data. Dua tes membentuk instrumen pengujian: satu untuk validitas dan yang lainnya untuk reliabilitas. Uji normalitas dan uji homogenitas merupakan uji persyaratan analisis yang digunakan dengan pendekatan analisis data.

3. Hasil dan Pembahasan

Data atau informasi yang dikumpulkan melalui penelitian disebut hasil penelitian. Bagian hasil penelitian ini akan menjelaskan bagaimana *icebreaking* dapat digunakan untuk menghentikan pembelajaran yang monoton bagi siswa. Tujuan analisis ini adalah mempelajari data dengan cara mendeskripsikan atau merangkum data yang telah dikumpulkan. Data dikumpulkan dari temuan *pretest* dan *posttest* setelah proses pembelajaran selesai.

Tabel 2. Hasil Pretest Siswa

Pretest					
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	80	2	3.0	6.1	6.1
	81	4	6.1	12.1	18.2
	83	1	1.5	3.0	21.2
	84	3	4.5	9.1	30.3
	85	3	4.5	9.1	39.4
	86	2	3.0	6.1	45.5
	87	1	1.5	3.0	48.5
	88	2	3.0	6.1	54.5
	89	1	1.5	3.0	57.6
	90	1	1.5	3.0	60.6
	91	2	3.0	6.1	66.7
	92	4	6.1	12.1	78.8
	93	2	3.0	6.1	84.8
	94	3	4.5	9.1	93.9
	96	1	1.5	3.0	97.0
	98	1	1.5	3.0	100.0
	Total	33	100.0	100.0	
Missing	System	0	.0		
	Total	33	100.0		

Berdasarkan hasil *pre-test* masing-masing siswa, tiga kategori yakni rendah, sedang, dan tinggi, digunakan untuk mengkategorikan kebosanan belajar siswa dalam penelitian ini (sebelum memberikan perlakuan).

Dari temuan penelitian terlihat bahwa setiap kategori mempunyai batasan nilai. Batasan nilai kurang dari enam puluh masuk ke dalam kolom rendah, yang menunjukkan bahwa seorang siswa masuk dalam kategori ennuui belajar rendah jika nilainya berada dalam rentang tersebut. Siswa pada kategori sedang, yang memiliki batas skor 70–80, menunjukkan tingkat ketidaktertarikan sedang terhadap studinya. Sementara itu, siswa yang berada pada kategori tinggi tampaknya memiliki tingkat kejenuhan belajar yang tinggi karena batas nilai >80 termasuk dalam kategori tersebut.

Terdapat perbedaan hasil *pre-test* dan *post-test* pada siswa yang masuk dalam kategori learning ennuui setelah mendapat perlakuan icebreaking. Dalam beberapa kasus, nilai pasca-

tes siswa lebih rendah dibandingkan nilai pra-tes mereka. Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberikan perlakuan, terjadi perubahan minat belajar siswa.

Berdasarkan temuan penelitian, terbukti bahwa tanggapan siswa terhadap pertanyaan tentang kebosanan belajar menunjukkan perubahan skor yang cukup besar setelah icebreaking. Saat melakukan beberapa perlakuan sebelumnya hingga perlakuan terakhir, peneliti dapat mengamati secara langsung perubahan tersebut. Siswa menunjukkan perspektif yang beragam, dan lebih mudah untuk melihat sejauh mana kemajuan mereka.

Analisis normalitas dilakukan untuk mengetahui sebaran data pada variabel-variabel yang akan digunakan dalam penelitian. Data tersebut baik dan layak digunakan dalam penelitian ini apabila mengikuti distribusi normal. Peneliti mengintegrasikan uji normalitas dan uji anova. Khas atau tidaknya data penelitian dapat ditentukan melalui pengambilan keputusan. Data tidak terdistribusi secara konsisten jika signya kurang dari 0,05, tetapi terdistribusi teratur jika signya lebih besar dari 0,05. Untuk mengetahui apakah data sering dikirimkan atau tidak, data terkini dimasukkan ke dalam aplikasi SPSS 20. Di sinilah keadaan normal dapat ditunjukkan.

Berdasarkan tabel 3 diatas, data kejenuhan belajar siswa sebelum pelaksanaan *Ice Breaking* terdistribusi, dimana nilai uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov Z* sebesar 0,200 lebih dari 0,05 ($\text{sig} > 0,05$). Selain itu, setelah penggunaan *Ice Breaking*, data kejenuhan belajar siswa menunjukkan nilai sig sebesar 0,109 yang menunjukkan nilai lebih dari 0,05 ($\text{sig} > 0,05$). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa data kejenuhan belajar siswa terdistribusi secara teratur.

Tabel 3. One Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Pretest	Posttest
N	33	33
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	87.88
	Std. Deviation	5.128
	Std.	4.240
Most Extreme Differences	Absolute	.123
	Positive	.107
	Negative	-.079
Test Statistic	.123	.139
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200 ^{c,d}	.109 ^c

Berdasarkan tabel 3 diatas, data kejenuhan belajar siswa sebelum pelaksanaan *Ice Breaking* terdistribusi, dimana nilai uji normalitas

Kolmogorov-Smirnov Z sebesar 0,200 lebih dari 0,05 ($\text{sig} > 0,05$). Selain itu, setelah penggunaan *Ice Breaking*, data kejenuhan belajar siswa menunjukkan nilai sig sebesar 0,109 yang menunjukkan nilai lebih dari 0,05 ($\text{sig} > 0,05$). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa data kejenuhan belajar siswa terdistribusi secara teratur.

Tabel 4. Anova

Hasil	Sum Of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	12519.409	1	12519.409	565.510	.000
Within Groups	1416.848	64	22.138		
Total	13936.258	65			

Berdasarkan tabel 4 diatas, didapatkan hasil komputasi diperoleh nilai F hitung sebesar 565,010 dengan tingkat signifikansi (interval kepercayaan) sebesar 95% atau 0,05 dan nilai F hitung sebesar 0,000. Jika nilai signifikansi hitung kurang dari 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a disetujui, begitu pula sebaliknya jika lebih besar dari 0,05 maka sesuai pedoman. Dengan demikian H_0 ditolak pada taraf 0,05 sehingga diperoleh kesimpulan bahwa terdapat perbedaan tingkat kejenuhan belajar siswa sebelum dan sesudah diberlakukannya *icebreaking*.

Tabel 5. Descriptive

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	Lower Bound	Upper bound
Pretest	33	87.88	5.128	.893	86.06	89.70
Posttest	33	60.33	4.240	.738	58.83	61.84
Total	66	74.11	14.643	1.802	70.51	77.71

Berdasarkan tabel 5 diatas, temuan *pretest* dan *posttest* derajat kejenuhan belajar siswa menunjukkan rata-rata nilai pretest sebesar 87,88 dan rata-rata nilai posttest sebesar 60,33. Hal ini menunjukkan betapa bosannya siswa sebelum pelajaran pemecah kebekuan. Agar siswa tidak bosan di kelas, pendidik harus menggunakan teknik tertentu, misalnya metode *icebreaking*.

Jika varian dua sampel sama, maka keduanya dianggap homogen. *Uji Levene* digunakan dalam penelitian ini sebagai uji homogenitas. Berikut informasi hasil uji homogenitas penelitian:

Tabel 6. Test of Homogeneity of Variance

Hasil	Based on	Lavene Statistic	Df1	Df2	Sig.
	Mean	2.057	1	64	.156
	Median	1.863	1	64	.177

Based on Median and with adjusted df	1.863	1	63.902	.177
Based on trimmed Mean	2.076	1	64	.154

Berdasarkan tabel 6 diatas, Hasil perhitungan menggunakan SPSS menghasilkan nilai sig sebesar 0,154 karena hasil tandanya $0,154 > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ice breaking senam otak mempunyai pengaruh yang sama terhadap minat belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Pancasila.

Untuk mengetahui apakah telah terjadi pergeseran penggunaan icebreaker untuk membantu siswa melewati kejenuhan belajar, akan dilakukan perbandingan data *pretest* dan *posttest*. Menemukan mean dan varians dalam hasil data kebosanan siswa dapat dicapai, misalnya dengan membandingkan atau menguji hasil pemecah kebekuan sebelum dan sesudah tes. Setelah dilakukan penilaian terhadap kondisi awal dan akhir, maka kategori kebosanan belajar yang terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas “icebreaking” dan variabel terikat “kejenuhan belajar” ditambahkan pada skor kejenuhan belajar siswa. Oleh karena itu, uji t sampel berpasangan atau disebut juga uji t untuk dua sampel berpasangan berfungsi sebagai uji hipotesis dalam penelitian ini.

Tujuan pengujian dalam penelitian ini adalah untuk memastikan apakah rata-rata kedua sampel sama. Kedua sampel yang dimaksud merupakan sampel identik dengan dua kumpulan data berbeda. Pengambilan keputusan menunjukkan adanya variasi sebaran data penelitian: jika $sig > 0,05$ maka H_a diterima, dan jika $sig < 0,05$ maka H_0 ditolak. Alternatifnya, jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_0 ditolak dan jika $t_{hitung} < t_{tabel}$, maka H_a disetujui.

Tabel 7. Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	87.88	33	5.128	.893
	Posttest	60.33	33	4.240	.738

Berdasarkan tabel 7 diatas, sebelum menerapkan *Ice Breaking*, rata-rata kelelahan belajar siswa diperkirakan sebesar 87,88 berdasarkan data keluaran SPSS. Sedangkan kejenuhan belajar siswa sebesar 60,33 setelah penggunaan *Ice Breaking*. Temuan ini menunjukkan bahwa rata-rata (rata-rata) *post-test* lebih kecil dari rata-rata *pre-test*. Dengan demikian, setelah menggunakan *icebreaking*

terjadi pergeseran tingkat kebosanan siswa dalam belajar. Selain itu, tabel berikut menampilkan nilai korelasi *pre-test* dan *post-test* untuk penyelidikan ini berdasarkan hasil data sampel berpasangan.

Tabel 8. Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest & Posttest	33	.240	.178

Berdasarkan tabel 8 diatas, nilai korelasi statistik sampel berpasangan dari 33 sampel siswa pada *pre-test* dan *post-test* adalah 0,240 dengan signifikansi 0,178 sesuai tabel di atas. Dengan menggunakan uji t berpasangan dapat diketahui bahwa tidak terdapat korelasi antara *pretest* dan *posttest* karena $0,240 > 0,05$.

Hasil penelitian ini tergolong berhasil sesuai dengan target keberhasilan dalam penelitian ini, penggunaan *Ice Breaking* bisa membuat siswa lebih bersemangat dan menghilangkan rasa bosan selama proses pembelajaran berlangsung.

4. Simpulan dan Saran

Temuan penelitian yang dilakukan akan dibahas pada bagian ini. Temuan dalam hasil berasal dari data yang dikumpulkan dan analisis data yang dilakukan. Sampel penelitian ini berjumlah 33 siswa dengan menggunakan *One Group Pretest-Posttest Design*.

Peneliti mengamati bahwa setelah menggunakan Teknik *Ice Breaking*, siswa menunjukkan peningkatan antusiasme dalam mengikuti proses belajar mengajar. Di bidang Pendidikan Pancasila, peneliti menggunakan metodologi ini. Ketika materi disampaikan kepada mahasiswa melalui ceramah, mereka mendengarkan peneliti dengan lebih seksama. Apabila membandingkan hasil *pretest* dan *posttest* siswa Pendidikan Pancasila terlihat perbedaan yang sangat signifikan.

Berdasarkan hasil tes, hasil belajar dinilai sangat rendah sebelum penerapan teknik icebreaking. Nilai rata-rata siswa kemudian meningkat karena penggunaan Teknik Pemecahan Es dalam pembelajaran mereka. Nilai akhir yang diterima siswa bukan satu-satunya indikator keberhasilan proses pembelajaran. Partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran ketika digunakan teknik *Ice Breaking* merupakan salah satu indikator keberhasilan proses pembelajaran.

Peneliti dapat mengambil kesimpulan mengenai pemanfaatan icebreaking untuk mengatasi kelelahan belajar siswa berdasarkan temuan penelitian yang dilakukan pada siswa

yang mengalaminya di SD Negeri 42 Pekanbaru sebagai berikut:

Data angket kebosanan belajar siswa sebelum dan sesudah tes berdasarkan hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi *pretest* sebesar $0,200 > 0,05$ dan nilai signifikansi *posttest* sebesar $0,109 > 0,05$, hal ini menunjukkan kriteria keputusan adalah H_0 diterima. Dengan demikian, hasil uji normalitas data berdistribusi normal.

Selain itu, hasil uji T menunjukkan nilai sig (*tailed*) sebesar $565,010 < 0,05$, artinya ada kemungkinan H_0 ditolak dan H_a disetujui. Dengan begitu, siswa kelas IV SD Negeri 42 Pekanbaru bisa memanfaatkan *icebreaking* untuk menghilangkan rasa bosan belajarnya.

Hasil yang diperoleh setelah menerapkan *Icebreaking* ditemukan lebih rendah dari sebelumnya, berdasarkan skor yang diberikan. Setelah menerima perlakuan pemecah kebekuan, berdasarkan penjelasan ini ditentukan bahwa telah terjadi pengaruh penting. Agar siswa kelas IV SD Negeri 42 Pekanbaru dapat mengatasi kejenuhan belajar melalui *Ice Breaking*.

Daftar Pustaka

Alawiyah, R. (2019). Pemanfaatan *Ice Breaking* Untuk Peningkatan Kemampuan Sosial Anak Autis (Study Di Autis Center Kota Bengkulu) Program Studi Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri Bengkulu Tahun 2019.

Algivari, A., & Mustika, D. (2022). Teknik *Ice Breaking* pada Pembelajaran Tematik di Sekolah Dasar. 6(4), 433–439. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.23887/jear.v6i4.53917>

Arfahmi, K., & Lubis, Z. (2023). Penerapan *Ice Breaking* Dalam Pembelajaran Bahasa Arab Untuk Meningkatkan Fokus Belajar Siswa SMP Swasta Pusaka. *Journal on Education*, 05(04), 17431.

Desmidar, D., Ritonga, M., & Halim, S. (2021). Efektivitas *ice breaking* dalam mengurangi kejenuhan peserta didik mempelajari Bahasa Arab. *Humanika*, 21(2), 113–128. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i2.41941>

Dewi, R. R., Suresman, E., & Suabuana, C. (2020). Pendidikan Karakter Di Persekolahan. 1(2), 71–84.

Erviana, V. E., Setiyoko, D. T., & Toharudin, M. (2023). Analisis Penerapan *Ice Breaking* Dalam Pembelajaran Kurikulum Merdeka Peserta Didik di Sekolah Dasar. *Concept: Journal of Social Humanities and Education*, 2(3), 57–64. <https://doi.org/10.55606/concept.v2i3.529>

Febriandari, E. F., Khakiim, U., & Pratama, N. A. E. (2018). *Jurnal Ice Breaking* terhadap motivasi belajar SD. *Briliant: Jurnal Riset Dan Konseptual*, 3(4), 485–494. <http://jurnal.unublitar.ac.id/index.php/briliant/article/view/253>

Hafizah, A. (2020). Penerapan *Ice Breaking* Untuk Mengatasi Kejenuhan Belajar Pada Siswa Sma Negeri 2 Banda Aceh. In *Range Management and Agroforestry* (Vol. 4, Issue 1). <https://doi.org/10.1016/j.fcr.2017.06.020>

Harianja, M. M., & Sapri. (2022). Implementasi dan Manfaat *Ice breaking* untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa Sekolah Dasar May Muna Harianja, Sapri 2. 6(1), 1324–1330. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i1.2298>

Haryati, F. D., & Puspitaningrum, D. (2023). Implementasi *Ice Breaking* Sebagai Pematik Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pai. 4(1), 99–106.

Inah Ety Nur. (2015). Peran Komunikasi Dalam Interaksi Guru Dan Siswa. *Al-Ta'dib*, 8, 150–166.

Iskandar, A. H. (2017). Penggunaan Konseling Kreatif dalam Bingkai Kognitif Perilaku untuk Mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa. *International Counseling and Education Seminar*, 206.

Kristanto, R., Sudarwanto, S., & Kurniawati, W. (2020). Public Speaking serta Teknik *Ice Breaking* dan MC Sebagai Upaya Pengajaran yang Menarik. *Jurnal Komunitas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 127–132. <https://doi.org/10.31334/jks.v2i2.734>

Kurniasari, W., Murtono, M., & Setiawan, D. (2021). Meningkatkan Minat Belajar Siswa Menggunakan Model *Blended Learning* Berbasis Pada *Google Classroom*. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 7(1), 141–148. <https://doi.org/10.31949/educatio.v7i1.891>

Made, N., & Astuti, A. (n.d.). Kegiatan senam otak dalam meningkatkan perkembangan kognitif pada anak usia dini. 601–607.

Nanda, V. P., Rahman, N. A., Syahrial, S., & Noviyanti, S. (2022). Implementasi *Ice Breaking* dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa di SDN 64/1 Teratai. *As-Sabiqun*, 4(2), 296–310. <https://doi.org/10.36088/assabiqun.v4i2.1766>

Pratiwi, W. N., & Pratama, Y. G. (2020). *Brain Gym* Optimizing Concentration on Elementary Students. 9(2), 1524–1532. <https://doi.org/10.30994/sjik.v9i2.498>

Rahmawati et al. (2020). Penerapan Metode *Ice Breaking* dalam Melatih Minat Siswa

- Terhadap Pembelajaran Tematik Kelas 5 Sd NEGERI 1 Hadiluwih. *Journal of Social Empowerment*, 05(01), 64–70. <https://ejournal.stkippacitan.ac.id/ojs3/index.php/jse/article/view/295/216>
- Sugiyono. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif*: Vol. ISBN 978-602-289-373-8 (Cetakan ke 4). Alfabeta. Bandung
- Zakiyyah, D., Suswandari, M., & Khayati, N. (2022). Penerapan Ice Breaking Pada Proses Belajar Guna Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Iv Sd Negeri Sugihan 03. *Journal of Educational Learning and Innovation (ELIA)*, 2(1), 73–85. <https://doi.org/10.46229/elia.v2i1.333>
- Zuhariyah, Z., & Fahmi, I. (2022). Pengaruh Ice Breaking Terhadap Hasil Belajarpeserta Didik Kelas Ii Di Sd Negeri Pusakajaya Utara Ikabupaten Karawang. VII, 25–38. <https://doi.org/10.23969/jp.v3i1.571>