

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. *Ice Breaking* Permainan Edukatif**

###### **a. *Ice Breaking***

###### **1) *Asal Usul Ice Breaking***

*Ice Breaking* merupakan suatu pendekatan yang secara historis berakar dari psikologi kelompok dan dinamika sosial. Istilah *Ice Breaking* secara harfiah berarti "memecah es", yang merujuk pada metafora sosial untuk menghilangkan kekakuan atau kecanggungan dalam pertemuan awal suatu kelompok. Konsep ini mulai digunakan pada tahun 1940-an hingga 1950-an oleh para ahli pelatihan organisasi dan pendidikan non-formal sebagai bagian dari teknik membangun tim (team building) dan membentuk dinamika kelompok yang harmonis.

Salah satu tokoh awal yang meneliti dinamika kelompok adalah Kurt Lewin, seorang psikolog sosial yang memperkenalkan group dynamics dan pentingnya interaksi awal dalam kelompok belajar atau kerja. Teknik *Ice Breaking* kemudian berkembang sebagai cara untuk memfasilitasi tahap awal interaksi sosial dalam

proses pembelajaran atau pelatihan.<sup>16</sup>

Dalam dunia pendidikan, *Ice Breaking* mulai populer pada era pendidikan konstruktivis dan pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*). Menurut Kolb, pembelajaran yang efektif menekankan pentingnya pengalaman langsung dan keterlibatan aktif peserta didik.<sup>17</sup> Aktivitas *Ice Breaking* menjadi salah satu bentuk strategi untuk mengaktifkan keterlibatan awal tersebut, sebelum masuk ke kegiatan inti pembelajaran.

Kemudian, dalam konteks pelatihan dan pendidikan modern, Silberman menegaskan bahwa *Ice Breaking* merupakan bagian dari pendekatan *active learning* yang berguna untuk membentuk lingkungan belajar yang nyaman, menyenangkan, dan kooperatif.<sup>18</sup> Ia mengklasifikasikan *Ice Breaking* sebagai teknik awal dalam sesi pembelajaran atau pelatihan untuk mencairkan suasana, memotivasi peserta, dan membangun hubungan interpersonal di dalam kelas.

Di Indonesia, penerapan *Ice Breaking* mulai dikenal luas dalam pelatihan guru, pendidikan anak usia dini, dan pendekatan pembelajaran aktif di sekolah dasar. Seiring berkembangnya Kurikulum 2013 hingga Kurikulum Merdeka, pendekatan yang mengedepankan interaksi, kreativitas, dan suasana pembelajaran yang

---

<sup>16</sup> Joyce Bruce dan Weil Marsha, *Models of Teaching (6th ed.)* (Boston: Allyn and Bacon, 2000).

<sup>17</sup> David A. Kolb., *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. (Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1984).

<sup>18</sup> Melvin L. Silberman, *Active Training: A Handbook of Techniques, Designs, Case Examples, and Tips*. (San Francisco: Pfeiffer, 2006).

menyenangkan menjadikan *Ice Breaking* sebagai strategi pendukung pembelajaran aktif dan diferensiatif.<sup>19</sup>

Dengan demikian, *Ice Breaking* bukan hanya sekadar selingan, tetapi memiliki dasar teoritis dalam psikologi pendidikan dan dinamika sosial, serta relevansi praktis dalam mendukung efektivitas pembelajaran terutama bagi anak usia sekolah dasar.

## 2) Pengertian *Ice Breaking*

*Ice Breaking* adalah teknik yang digunakan dalam pembelajaran untuk membangun suasana kelas yang lebih terbuka, interaktif, dan menyenangkan, terutama di awal pembelajaran atau di tengah-tengah kegiatan untuk menyegarkan kembali kondisi peserta didik. Secara etimologi, *Ice Breaking* berasal dari kata *ice* yaitu es yang memiliki sifat dingin, kaku dan keras, sedangkan *breaking* berarti memecahkan. Secara harfiah, *Ice Breaking* memiliki arti “pemecah es”. Jadi *Ice Breaking* adalah upaya mencairkan suasana yang kaku menjadi lebih nyaman dan santai.

Menurut Supriatna, *Ice Breaking* bertujuan untuk memecah ketegangan yang sering muncul dalam kelas, terutama ketika peserta didik baru memulai kegiatan belajar, sehingga mereka lebih siap secara mental untuk menerima pelajaran.<sup>20</sup> Metode ini memungkinkan

---

<sup>19</sup> Agus Supriatna, “Strategi *Ice Breaking* dalam Meningkatkan Interaksi Pembelajaran di Sekolah Dasar,” *Jurnal pendidikan dasar indonesi* 4, no. 2 (2019): 45–52.

<sup>20</sup> Supriatna, “Pengaruh *Ice Breaking* terhadap Konsentrasi dan Motivasi Belajar Siswa,” 123–35.

peserta didik lebih santai dan bersemangat, menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi partisipasi aktif.

Haryono menambahkan bahwa *Ice Breaking* harus bersifat interaktif, melibatkan seluruh peserta didik dalam aktivitas yang menarik, seperti permainan edukatif atau aktivitas fisik ringan yang terkait dengan materi pelajaran.<sup>21</sup> Kegiatan ini dapat meningkatkan keterlibatan peserta didik dan membantu mereka memusatkan perhatian kembali setelah aktivitas yang panjang atau membosankan. Kegiatan *Ice Breaking* juga dapat meningkatkan interaksi sosial antar peserta didik, yang penting dalam membangun kerja sama dan meningkatkan pengalaman belajar mereka.

### 3) Landasan Psikologis *Ice Breaking*

*Ice Breaking* dalam dunia pendidikan tidak hanya sekadar aktivitas penyegaran atau hiburan semata, tetapi memiliki dasar teoritis dalam psikologi pendidikan, khususnya dalam kaitannya dengan kondisi emosional peserta didik.

Salah satu teori penting yang mendukung penggunaan *Ice Breaking* adalah Affective Filter Hypothesis yang diperkenalkan oleh Stephen Krashen.<sup>22</sup> Dalam teorinya, Krashen menjelaskan bahwa dalam proses belajar, terdapat "filter afektif" atau penghalang emosional seperti stres, kecemasan, dan ketegangan yang bisa

---

<sup>21</sup> Haryono T, "*Ice Breaking* sebagai Metode Pembelajaran Aktif di Sekolah Dasar," *Jurnal Pendidikan Dasar* 9, no. 1 (2020): 56–68.

<sup>22</sup> Krashen, S. D., *Principles and Practice in Second Language Acquisition* (Oxford: Pergamon Press, 1982).

menghambat kemampuan otak dalam menyerap informasi. Ketika peserta didik merasa tertekan, tidak nyaman, atau bosan, maka filter afektif mereka akan tinggi, yang artinya kemampuan belajar mereka menjadi rendah.

*Ice Breaking* berperan sebagai alat untuk menurunkan filter afektif ini. Melalui aktivitas yang menyenangkan dan interaktif, peserta didik merasa lebih santai, dihargai, dan siap secara emosional untuk menerima pelajaran. Dalam hal ini, *Ice Breaking* menjadi strategi pedagogis untuk menciptakan kondisi psikologis yang positif, yang merupakan prasyarat penting dalam pembelajaran efektif, khususnya di tingkat sekolah dasar.

Hal ini sejalan dengan pendapat Uno yang menyatakan bahwa suasana hati dan motivasi sangat menentukan keberhasilan belajar peserta didik. Oleh karena itu, menciptakan kelas yang menyenangkan dan bebas tekanan merupakan tanggung jawab penting seorang pendidik.<sup>23</sup> Motivasi dan kesiapan mental peserta didik sangat dipengaruhi oleh kenyamanan emosional dalam kelas. *Ice Breaking* membantu membangun suasana ini dengan cara menyenangkan.

#### 4) ***Ice Breaking* dalam Perspektif Neurosains Pendidikan**

Dalam kajian neurosains (ilmu tentang otak dan sistem saraf), *Ice Breaking* juga memiliki dasar yang kuat. Berdasarkan temuan neurosains modern, suasana belajar yang menyenangkan dan aktif

---

<sup>23</sup> Uno, H. B., *Teori Motivasi dan Pengukurannya: Analisis di Bidang Pendidikan* (Jakarta: Bumi Aksara, 2016).

secara sosial dapat meningkatkan pelepasan neurotransmitter dopamin, endorfin, dan oksitosin, yaitu senyawa kimia otak yang memengaruhi perasaan senang, antusias, dan rasa percaya diri. Semua zat ini berperan penting dalam meningkatkan perhatian (attention), retensi (retention/memori jangka panjang), dan motivasi belajar.<sup>24</sup>

Menurut Tokuhamas-Espinosa, otak manusia akan lebih mudah menyerap informasi baru ketika berada dalam kondisi emosi positif. *Ice Breaking* sebagai aktivitas yang menyenangkan, interaktif, dan sering melibatkan gerakan fisik ringan, mengaktifkan korteks prefrontal (bagian otak yang bertanggung jawab untuk berpikir, membuat keputusan, dan fokus), serta menurunkan aktivitas amigdala (pusat rasa takut dan stres).<sup>25</sup>

Dengan demikian, *Ice Breaking* bukan hanya strategi "hiburan", tetapi bisa disebut sebagai pendekatan neuro-pedagogis karena mampu mempersiapkan otak peserta didik secara optimal untuk menerima pembelajaran. Terlebih lagi, dengan melibatkan aspek sosial seperti kerja sama dan komunikasi, *Ice Breaking* juga mendorong koneksi sinaptik antarsel otak yang penting dalam proses pembentukan memori jangka panjang.

---

<sup>24</sup> Eric Jensen, *Brain-Based Learning: The New Paradigm of Teaching* (Thousand Oaks, CA: Corwin Press, 2008).

<sup>25</sup> Tokuhamas-Espinosa, T, *Mind, Brain, and Education Science: A Comprehensive Guide to the New Brain-Based Teaching* (New York: W. W. Norton & Company, 2011).

### 5) Tujuan *Ice Breaking*

Tujuan diberikan *Ice Breaking* pada saat kegiatan pembelajaran mulai membosankan dan monoton, maka menurut suroharjuno diantaranya adalah sebagai berikut :<sup>26</sup>

- a) Mengarahkan otak agar berada pada kondisi gelombang alfa (7 s/d 13 Hz)
- b) Membangun kembali suasana belajar agar serius, santai dan menyenangkan.
- c) Menjaga stabilitas kondisi psikis maupun fisik para peserta didik (peserta didik agar senantiasa segar dan nyaman dalam menyerap informasi)
- d) Terciptanya kondisi-kondisi yang equal (setara) antara sesama peserta didik dalam kegiatan pembelajaran.
- e) Menghilangkan sekat-sekat pembatas di antara peserta didik, sehingga tidak ada lagi anggapan si anu pintar, si anu bodoh, si anu kaya dan lain sebagainya, yang ada hanyalah kesamaan kesempatan untuk maju dan berprestasi.
- f) Terciptanya kondisi yang dinamis di antara peserta didik.
- g) Menimbulkan kegairahan (motivasi) antara sesama peserta didik untuk mengikuti kegiatan yang berlangsung sampai selesai.<sup>27</sup>

<sup>26</sup> Kusumo Suryoharjuno, *100+ Ice Breaker Penyemangat Belajar* (Surabaya: Ilman Nafia, 2019).

<sup>27</sup> Slamet Windarto, *99 Ice Breaking untuk layanan bimbingan dan konseling (bimbingan klasikal dan kelompok)* (Yogyakarta: Paramitra Publishing, 2018).

## 6) **Manfaat *Ice Breaking***

Adapun manfaat dilaksanakan *Ice Breaking* menurut suroharjuno diantaranya adalah :<sup>28</sup>

- a) Terjadi proses penyampaian dan penyerapan informasi secara optimal bahkan maksimal.
- b) Tumbuhnya motivasi antara konselor dan peserta didik dalam proses bimbingan kelompok.
- c) Memperkuat hubungan antara konselor dan peserta didik (konseli).

## 7) **Macam-Macam *Ice Breaking***

Sesuai dengan manfaat dan tujuannya, ada banyak bentuk dan macam-macam *Ice Breaking*. Semakin lama setiap tahun, jenis-jenis *Ice Breaking* maka akan semakin bervariasi sesuai dengan kondisi yang terjadi. Berikut ini macam-macam *Ice Breaking* dengan berbagai bentuk dan jenisnya. Kita dapat merubah ataupun memodifikasinya sesuai dengan kebutuhan kita.

### a) Senam

Didalam *Ice Breaking*, senam adalah gerakan sederhana yang mudah dilakukan, tidak terlalu melelahkan, tidak mengeluarkan banyak keringat, tidak membahayakan dan tetap ada suasana menyenangkan. Teknik ini sangat efektif untuk mempersiapkan pikiran siswa untuk bekerja, karena dimulai dengan gerakan.

---

<sup>28</sup> Suryoharjuno, *100+ Ice Breaker Penyemangat Belajar*.



b) Tebak-tebakan

Tebak-tebakan di dalam *Ice Breaking* adalah suatu kegiatan untuk menumbuhkan rasa ingin tahu siswa serta membangun kreativitas siswa dalam menciptakan dan menjawab masalah dari perspektif yang unik.

c) Humor

Suatu kegiatan untuk membantu siswa menemukan diri mereka yang sebenarnya. Jika siswa dituntut untuk selalu tegas dan berperilaku sempurna, maka akan menimbulkan perasaan tidak nyaman dalam diri mereka. Di sisi lain, jika disampaikan dengan rasa humor, maka dapat membuat siswa menemukan kepercayaan diri mereka dan akan tumbuh secara positif.

d) Yel-yel

Kalimat pembangkit semangat untuk *Ice Breaking* adalah kalimat yang dapat memotivasi kegiatan belajar mengajar dan tentu saja bersifat positif.

e) Kalimat indah penuh makna

Kalimat Indah Penuh Makna dalam *Ice Breaking* adalah suatu kalimat yang dapat memotivasi siswa dan bersifat positif yang mencerminkan suatu komunitas atau panutan yang akan diperoleh.

f) Game atau permainan

Biasanya untuk memulai sebuah pembelajaran atau mengakhiri sebuah pembelajaran, jenis *Ice Breaking* yang seringkali

digunakan adalah permainan. Permainan ini dilakukan untuk mengantarkan siswa masuk dalam kegiatan awal pembelajaran atau memberikan permainan kesimpulan pada akhir pembelajaran. Permainan dipilih sesuai dengan kondisi yang terjadi.

g) Bernyanyi

Untuk memecah suasana membosankan, bernyanyi bisa dilakukan sebagai kegiatan *Ice Breaking*. Bernyanyi adalah *Ice Breaking* yang mudah dilakukan. Nada dan melodi mengikuti lagu atau nyanyian yang sudah umum dihafal atau liriknya bisa diganti sesuai dengan kreativitas guru masing-masing.

h) Gerak dan lagu

*Ice Breaking* ini juga termasuk yang mudah dilakukan. Siswa diajak menyanyikan lagu yang sudah dihafal, guru hanya memberikan contoh gerakan. Untuk lagunya, guru bisa mencari di internet/youtube atau bisa membuat sendiri sesuai kreativitas masing-masing.

i) Bercerita

Teknik yang sangat disukai siswa biasanya ialah bercerita. Guru bisa membuat cerita yang berkaitan dengan materi yang akan diajarkan pada hari itu.

j) Tepuk tangan

Tepuk tangan adalah salah satu *Ice Breaking* yang sangat sederhana dan dapat digunakan di mana saja. *Ice Breaking*

menggunakan strategi tepuk tangan sangat berhasil dalam mengkonsentrasikan siswa sebelum memulai pembelajaran dan membuat siswa menjadi fokus.

## **b. Permainan Edukatif**

### **1) Definisi Permainan Edukatif**

Permainan edukatif merupakan berbagai jenis permainan yang dirancang untuk memberikan pengalaman belajar atau pendidikan, baik dalam bentuk tradisional maupun modern, yang mengandung unsur pengajaran. Sementara itu, Alat Permainan Edukatif (APE) adalah permainan yang dibuat secara khusus untuk tujuan pendidikan. Ini menandakan bahwa tidak semua permainan anak hanya berfokus pada pengembangan aspek tumbuh kembang, tetapi juga dapat dimanfaatkan sebagai sarana pembelajaran. Dengan menggunakan alat permainan edukatif, wawasan anak dapat diperluas dan kreativitasnya semakin berkembang.<sup>29</sup>

Permainan edukatif merupakan aktivitas bermain yang dirancang untuk memberikan kesenangan sekaligus memuat unsur pendidikan yang mendukung perkembangan individu. Jenis permainan ini memiliki nilai mendidik yang mampu merangsang kreativitas dan imajinasi anak. Selain itu, permainan edukatif juga berperan penting dalam meningkatkan kemampuan berbahasa, berpikir, serta

---

<sup>29</sup> Ahmad Saputra, "Permainan Edukatif Untuk Anak Usia Dini," *Jurnal Pelangi*, 2019.

keterampilan sosial anak dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.<sup>30</sup>

Permainan Edukatif didasarkan pada teori belajar aktif, yang menyatakan bahwa peserta didik belajar lebih efektif ketika mereka secara aktif terlibat dalam proses pembelajaran. Teori ini menekankan bahwa pengalaman belajar yang menyenangkan dan interaktif, seperti melalui permainan edukatif yang mana dapat membantu peserta didik memahami konsep dengan baik dan meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Permainan edukatif memungkinkan peserta didik untuk mempraktikkan keterampilan matematika dalam konteks menyenangkan sehingga mengurangi ketakutan terhadap pelajaran dan meningkatkan keterlibatan mereka.<sup>31</sup> Ini juga mendukung teori bahwa belajar melalui pengalaman langsung dapat membantu memperkuat pemahaman peserta didik.

## 2) Kategori dan Prinsip Permainan Edukatif

Sebuah permainan dapat dikategorikan sebagai permainan edukatif apabila dalam pelaksanaannya memberikan manfaat bagi pemain, seperti meningkatkan kemampuan dalam memecahkan masalah, memperkuat konsentrasi, dan kemampuan lainnya. Terdapat beberapa kriteria yang bisa dijadikan tolok ukur untuk menilai apakah

<sup>30</sup> Uswatun Hasanah, "Penggunaan Alat Permainan Edukatif (Ape) Pada Taman Kanak-Kanak Di Kota Metro Lampung.," *Jurnal Pendidikan Anak* 5, no. 1 (2019).

<sup>31</sup> R, "Pengaruh Permainan Edukatif terhadap Minat dan Hasil Belajar Matematika Siswa," 32–41.

suatu permainan memiliki nilai edukatif, di antaranya adalah ketepatan sasaran, memiliki berbagai fungsi, relevan dengan tujuan pembelajaran, mampu melatih konsep dasar, serta dapat merangsang kreativitas.<sup>32</sup>

Permainan edukatif perlu disesuaikan dengan sasaran yang ingin dicapai. Tepat sasaran dalam konteks ini berarti permainan mampu mendukung perkembangan berbagai aspek anak, seperti kemampuan kognitif, afektif, bahasa, nilai-nilai keagamaan, sosial-emosional, serta psikomotorik. Jika permainan mampu mencakup pengembangan aspek-aspek tersebut, maka dapat digolongkan sebagai permainan yang bersifat edukatif.

Permainan edukatif juga ditandai dengan sifatnya yang multifungsi. Artinya, permainan tersebut tidak hanya berfokus pada satu aspek perkembangan seperti kognitif, afektif, keagamaan, bahasa, sosial-emosional, atau psikomotorik saja, melainkan mencakup kombinasi dari dua atau lebih aspek tersebut. Selain itu, permainan dapat disebut edukatif apabila memiliki tujuan yang jelas yang berkaitan dengan pendidikan. Tujuan tersebut harus memuat nilai-nilai edukatif, seperti melatih kemampuan memecahkan masalah, mengklarifikasi nilai-nilai, menumbuhkan jiwa kepemimpinan, meningkatkan ketangkasan, berpikir cepat, serta mengembangkan kreativitas.

---

<sup>32</sup> Hasanah, "Penggunaan Alat Permainan Edukatif (Ape) Pada Taman Kanak-Kanak Di Kota Metro Lampung."

Adapun prinsip-prinsip dalam permainan edukatif antara lain permainan tersebut harus memberikan rasa senang bagi anak, memiliki tingkat kesulitan yang sesuai dengan usia mereka, mampu mendukung perkembangan berbagai aspek kemampuan anak, serta aman dimainkan dan tidak mengandung risiko yang membahayakan.<sup>33</sup>

### 3) **Manfaat Permainan Edukatif**

Bermain merupakan aktivitas yang digemari oleh anak-anak. Melalui kegiatan bermain, mereka dapat mengembangkan kemampuan sosial dengan berinteraksi bersama teman sebaya. Anak juga belajar memahami aturan, menjalin kerja sama, serta berbagi dengan orang lain. Selain memberikan kesenangan, bermain juga bisa menjadi sarana untuk mengamati dan mengevaluasi perkembangan anak, baik dari aspek kognitif, intelektual, maupun personal-sosial.<sup>34</sup>

Bermain memiliki peran penting sebagai rangsangan dalam mendukung tumbuh kembang anak. Selama bermain, anak melibatkan seluruh inderanya. Sebagai contoh, aktivitas berbicara atau berkomunikasi saat bermain melibatkan indera pendengaran dan penglihatan. Begitu pula dengan kegiatan yang menuntut keseimbangan gerak, ketahanan fisik, kekuatan, keterampilan, dan ketangkasan akan merangsang perkembangan motorik, intelektual, dan kognitif anak. Selain itu, aspek spiritual, sosial pribadi, dan kepribadian anak juga ikut berkembang melalui aktivitas bermain.

---

<sup>33</sup> Saputra, "Permainan Edukatif Untuk Anak Usia Dini."

<sup>34</sup> Hasanah, "Penggunaan Alat Permainan Edukatif (Ape) Pada Taman Kanak-Kanak Di Kota Metro Lampung."

Keseimbangan fungsi indera serta kecocokan antara permainan dan tahap perkembangan anak memberikan dampak positif terhadap kesehatan fisik, kemampuan berpikir, daya imajinasi, pembentukan karakter dan kepribadian, hingga proses pendewasaan. Seluruh aspek tersebut akan memengaruhi kepribadian seseorang dan turut menentukan arah kehidupannya di masa depan.

### c. Teori Diferensiasi dalam Pembelajaran Interaktif

Pembelajaran diferensiasi (Differentiated Instruction) adalah pendekatan pedagogis yang menyesuaikan proses belajar mengajar berdasarkan kebutuhan, minat, gaya belajar, dan kesiapan akademik peserta didik.<sup>35</sup> Tujuannya adalah agar semua siswa, baik yang berkemampuan tinggi maupun rendah, dapat belajar secara optimal dalam satu kelas yang sama.

Tomlinson menyatakan bahwa pembelajaran diferensiasi dilakukan melalui penyesuaian dalam tiga komponen utama, yaitu:<sup>36</sup>

- 1) Konten (content): materi atau topik yang dipelajari;
- 2) Proses (process): cara atau metode belajar siswa;
- 3) Produk (product): bentuk atau hasil yang dihasilkan siswa untuk menunjukkan apa yang telah dipelajarinya.

Dalam penerapannya, guru dapat menggunakan berbagai strategi seperti tugas bertingkat (tiered assignments), kelompok

<sup>35</sup> Sulistyorini, A., "Implementasi Pembelajaran Berdiferensiasi dalam Meningkatkan Keterlibatan Peserta Didik di Sekolah Dasar.," *Jurnal Ilmu Pendidikan* 25, no. 1 (2019): 55–56.

<sup>36</sup> Tomlinson, C. A dan Moon, T. R., *Assessment and Student Success in a Differentiated Classroom*. (Alexandria: VA: ASCD, 2019).

fleksibel (*flexible grouping*), pusat belajar (*learning centers*), dan aktivitas interaktif seperti *Ice Breaking* berbasis permainan edukatif yang dapat disesuaikan dengan karakteristik siswa.

Kegiatan *Ice Breaking* yang menyenangkan dan bervariasi dapat dirancang berdasarkan prinsip diferensiasi. Misalnya:

- 1) Permainan bagi siswa yang cenderung kinestetik (melalui gerakan),
- 2) Aktivitas berbasis visual (gambar atau warna),
- 3) Atau pendekatan verbal dan diskusi untuk siswa dengan kecenderungan auditori.

Dengan penerapan diferensiasi, suasana belajar menjadi lebih inklusi dan personal, yang akan membantu meningkatkan motivasi dan konsentrasi belajar siswa secara lebih efektif. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Dewi & Astuti yang menunjukkan bahwa strategi diferensiasi dalam pembelajaran terbukti dapat meningkatkan partisipasi aktif dan fokus belajar siswa sekolah dasar.<sup>37</sup>

## 2. Motivasi Peserta Didik

### a. Pengertian Motivasi

Motivasi berasal dari kata *motive*, yang berarti dorongan atau daya penggerak yang ada dalam diri seseorang untuk melakukan suatu aktivitas tertentu guna mencapai suatu tujuan. Dalam konteks pembelajaran, Motivasi belajar adalah dorongan dari dalam diri peserta didik yang

---

<sup>37</sup> Dewi, A. N., dan Astuti, I., "Penerapan Model Differentiated Instruction untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Siswa di Sekolah Dasar.," *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara* 5, no. 2 (2020): 100–110.



membuat mereka bersemangat untuk mencapai tujuan belajar, seperti memahami materi atau menyelesaikan tugas.

Hasan menyatakan bahwa motivasi belajar sangat dipengaruhi oleh lingkungan pembelajaran dan metode pengajaran.<sup>38</sup> Ketika metode pengajaran yang digunakan menarik dan menyenangkan, motivasi belajar peserta didik cenderung meningkat. Sebaliknya, jika pembelajaran monoton dan tidak menarik, motivasi peserta didik untuk belajar akan menurun.

*Ice Breaking* berperan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Suwandi menegaskan bahwa *Ice Breaking* dapat meningkatkan minat dan keinginan peserta didik untuk belajar karena aktivitas tersebut membantu menciptakan suasana kelas yang lebih menyenangkan dan memicu antusiasme peserta didik.<sup>39</sup> Peserta didik yang mengikuti *Ice Breaking* cenderung lebih aktif dalam pelajaran karena mereka merasa lebih terlibat dan termotivasi setelah berpartisipasi dalam kegiatan yang membuat mereka lebih rileks dan bersemangat.

Menurut Haryono, motivasi belajar peserta didik yang tinggi dapat terlihat dari partisipasi mereka selama proses pembelajaran. *Ice Breaking* tidak hanya memecah kebekuan, tetapi juga memberi kesempatan bagi peserta didik untuk lebih percaya diri dan menunjukkan

---

<sup>38</sup> Hasan, "Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran PAI: Sebuah Studi pada Siswa SD," 211–20.

<sup>39</sup> Budi Suwandi, "*Ice Breaking* sebagai Pendekatan untuk Meningkatkan Motivasi Siswa dalam Pembelajaran," *jurnal psikologi pendidikan* 12, no. 1 (2020): 43–56.

keterlibatan mereka dalam pelajaran.<sup>40</sup> Peserta didik yang merasa suasana belajarnya menyenangkan cenderung memiliki motivasi yang lebih tinggi untuk mengikuti pelajaran sampai selesai.

### **b. Jenis-Jenis Motivasi**

Motivasi belajar sangat penting dalam menentukan keberhasilan peserta didik dalam proses pembelajaran. Secara umum, motivasi dapat dibedakan menjadi dua jenis utama, yaitu motivasi *intrinsik* dan motivasi *ekstrinsik*.

#### **1) Motivasi Instrik**

Motivasi intrinsik adalah motivasi yang berasal dari dalam diri individu tanpa adanya dorongan dari luar. Motivasi ini muncul karena adanya rasa senang, kebutuhan, dan keinginan pribadi untuk belajar atau memahami sesuatu.

Menurut Uno, motivasi intrinsik berakar pada kebutuhan dan keinginan internal seperti rasa ingin tahu, minat terhadap suatu mata pelajaran, atau keinginan untuk mencapai kompetensi pribadi.<sup>41</sup>

Dalam motivasi instrisik memiliki beberapa ciri-ciri diantaranya yaitu :

- a) Belajar karena senang terhadap materi
- b) Muncul rasa puas ketika berhasil memecahkan masalah
- c) Tidak tergantung pada imbalan eksternal
- d) Ada keinginan pribadi untuk memahami sesuatu

<sup>40</sup> T, "Ice Breaking sebagai Metode Pembelajaran Aktif di Sekolah Dasar," 56–68.

<sup>41</sup> H. Buchari Alma, *Motivasi dan Pembelajaran: Teori dan Aplikasinya dalam Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2020), 134.

Contoh motivasi instrinsik yakni seseorang peserta didik belajar matematika karena merasa tertantang dan ingin menyelesaikan soal sulit dengan kemampuan sendiri tanpa ada imbalan dari seseorang.

## 2) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang berasal dari luar diri individu, seperti hadiah, nilai, pujian, hukuman, atau tekanan sosial. Siswa terdorong untuk belajar karena ingin mendapatkan sesuatu dari luar dirinya.

Menurut Sardiman, motivasi ekstrinsik dapat berfungsi sebagai alat penggerak awal untuk siswa yang kurang memiliki motivasi intrinsik. Namun, untuk hasil belajar jangka panjang, motivasi intrinsik tetap lebih efektif.<sup>42</sup>

Dalam motivasi Ekstrinsik juga memiliki beberapa ciri-ciri diantaranya yaitu :

- a) Belajar karena ingin mendapatkan nilai bagus.
- b) Termotivasi karena takut dihukum guru atau orang tua.
- c) Belajar agar mendapatkan pujian atau penghargaan.
- d) Belajar karena disuruh.
- e) Belajar karena suasana kelas yang menarik.

---

<sup>42</sup> Sadirman, A.m, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2018), 120.

### 3. Konsentrasi Peserta Didik

Konsentrasi merupakan komponen penting dalam pembelajaran karena memungkinkan peserta didik untuk menyerap dan memahami informasi dengan lebih baik. Riyadi menyatakan bahwa konsentrasi adalah kemampuan peserta didik untuk memusatkan perhatian mereka pada suatu tugas atau aktivitas belajar dalam waktu tertentu tanpa terganggu oleh faktor eksternal atau internal.<sup>43</sup> Dalam konteks pembelajaran, tingkat konsentrasi peserta didik sering kali menurun seiring dengan durasi belajar yang panjang, terutama jika metode pengajaran yang digunakan monoton.

Menurut Woolfolk, anak-anak usia sekolah dasar awal (6–8 tahun) hanya mampu mempertahankan perhatian sekitar 10–15 menit pada satu aktivitas belajar sebelum perhatian mereka mulai teralihkan.<sup>44</sup> Seiring bertambahnya usia, kemampuan konsentrasi meningkat. Anak usia 9–10 tahun dapat fokus selama 15–20 menit, sedangkan anak usia 11–13 tahun sudah mampu mempertahankan perhatian hingga 20–30 menit dalam satu sesi kegiatan belajar.<sup>45</sup> Remaja usia 14–18 tahun, yang sudah memasuki masa SMA, memiliki tingkat konsentrasi lebih stabil dengan durasi 30–40 menit, terutama jika materi yang disampaikan relevan dan disajikan

---

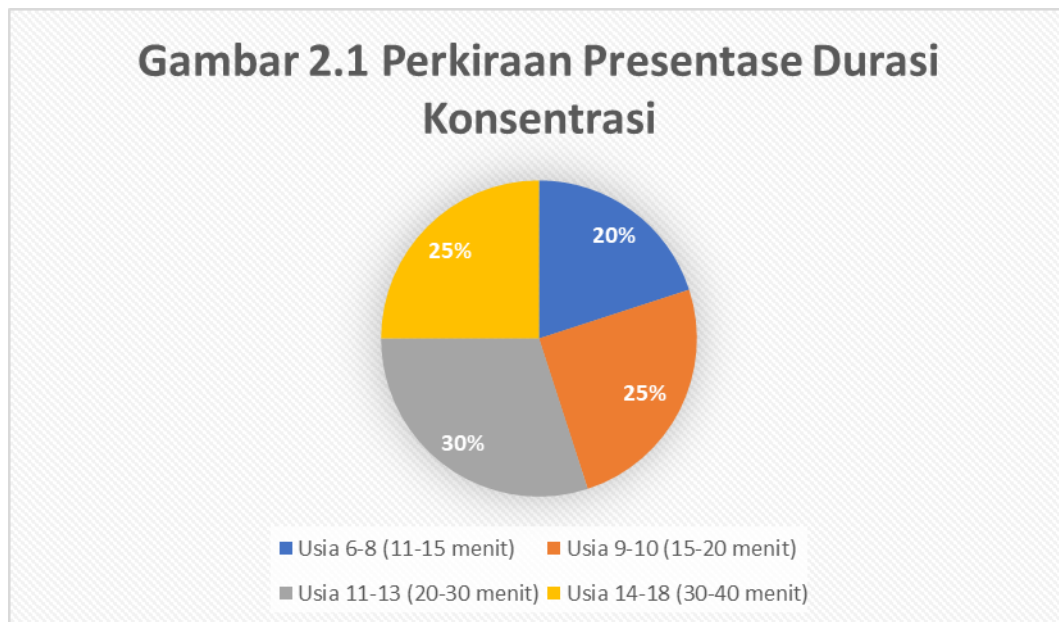
<sup>43</sup> Riyadi Ahmad, "Penerapan *Ice Breaking* yang Menyenangkan dalam Proses Pembelajaran di Sekolah Dasar," *jurnal teknologi pendidikan* 21, no. 3 (2019): h.89–101.

<sup>44</sup> Anita Woolfolk, *Educational Psychology* (Boston: Pearson Education, 2016), h.257.

<sup>45</sup> Jensen, *Brain-Based Learning: The New Paradigm of Teaching*, h.44.

dengan metode yang menarik.<sup>46</sup> Hal ini menunjukkan pentingnya variasi dan selingan seperti *Ice Breaking* dalam pembelajaran.

Gambar 2.1 Presentase Durasi Konsentrasi



Dalam Konsentrasi terdapat beberapa faktor yang memengaruhi konsentrasi antara lain :

- a. Usia tingkat perkembangan otak.
- b. Minat dan motivasi belajar.
- c. Suasana belajar yang menyenangkan dan bebas distraksi.
- d. Kesiapan fisik dan emosional peserta didik.

<sup>46</sup> Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010), h.75.

Dengan mengetahui batasan rentang konsentrasi berdasarkan usia, guru dapat menyisipkan kegiatan *Ice Breaking* permainan edukatif secara teratur untuk membantu mengembalikan fokus dan energi belajar siswa.

Penerapan *Ice Breaking* yang menyenangkan dan interaktif dapat membantu meningkatkan konsentrasi peserta didik selama proses belajar. Setiawan mengungkapkan bahwa melalui *Ice Breaking*, peserta didik diberikan jeda singkat dari materi yang mungkin membosankan atau terlalu intens.<sup>47</sup> Aktivitas ini berfungsi sebagai "penyegar" yang membantu otak peserta didik untuk kembali fokus setelah istirahat sejenak yang menyenangkan. Kegiatan *Ice Breaking* seperti permainan edukatif, kuis singkat, atau aktivitas fisik sederhana dapat merangsang otak peserta didik untuk tetap waspada dan siap kembali menerima pelajaran setelah mereka beristirahat dengan cara yang aktif.

Lebih lanjut, Supriatna menyebutkan bahwa aktivitas *Ice Breaking* yang diintegrasikan dengan pelajaran dapat menstimulasi perhatian peserta didik karena menghadirkan cara belajar yang lebih kreatif dan bervariasi<sup>48</sup>. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik yang berpartisipasi dalam kegiatan *Ice Breaking* yang terencana dengan baik memiliki tingkat konsentrasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan peserta didik yang tidak mengikuti *Ice Breaking*.

---

<sup>47</sup> Dimas, "Efektivitas *Ice Breaking* dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa di Sekolah Dasar," 67–79.

<sup>48</sup> Supriatna, "Pengaruh *Ice Breaking* terhadap Konsentrasi dan Motivasi Belajar Siswa," 123–35.

## B. Penelitian Terdahulu

Beberapa penelitian terdahulu sebelum penelitian ini juga penulis jadikan sebagai acuan dan perbandingan serta referensi yang akurat diantaranya :

1. Penelitian yang dilakukan Supriatna berjudul pengaruh *Ice Breaking* terhadap Konsentrasi dan Motivasi Belajar Peserta didik di Sekolah Dasar. Pada temuan penelitian ini yaitu *Ice Breaking* yang diterapkan secara rutin selama pembelajaran mampu meningkatkan konsentrasi peserta didik. Peserta didik yang terlibat dalam *Ice Breaking* di awal dan pertengahan pelajaran memiliki kemampuan fokus yang lebih baik dibandingkan dengan peserta didik yang tidak mengikuti *Ice Breaking*.<sup>49</sup>
2. Penelitian yang dilakukan Riyadi dengan judul Penerapan *Ice Breaking* yang Menyenangkan dalam Proses Pembelajaran di Sekolah Dasar. Didapatkan hasil temuan yaitu *Ice Breaking* mampu memecah ketegangan yang biasanya terjadi di kelas, terutama di awal pelajaran. Setelah *Ice Breaking*, peserta didik menunjukkan peningkatan dalam keterlibatan kelas dan aktivitas belajar.<sup>50</sup>
3. Penelitian yang dilakukan Setiawan dengan judul Efektivitas *Ice Breaking* dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Peserta didik di Sekolah Dasar. Penelitian ini menemukan bahwa peserta didik yang melakukan *Ice*

---

<sup>49</sup> Supriatna, "Pengaruh *Ice Breaking* terhadap Konsentrasi dan Motivasi Belajar Siswa."

<sup>50</sup> Riyadi Ahmad, "Efektivitas *Ice Breaking* dalam Pembelajaran PAI di Sekolah Dasar," *jurnal pendidikan agama islam* 9, no. 2 (2020): 75–84.

*Breaking* menunjukkan peningkatan konsentrasi belajar, terutama pada sesi pembelajaran yang berlangsung selama lebih dari 60 menit.<sup>51</sup>

4. Penelitian yang dilakukan Suwandi dengan judul *Ice Breaking* sebagai Pendekatan untuk Meningkatkan Motivasi Peserta didik dalam Pembelajaran. Penelitian ini menemukan bahwa motivasi belajar peserta didik meningkat setelah kegiatan *Ice Breaking* dilakukan di tengah proses pembelajaran. *Ice Breaking* membantu menciptakan suasana kelas yang lebih santai dan interaktif, yang memicu minat belajar peserta didik.<sup>52</sup>
5. Penelitian yang dilakukan Hasan dengan judul Peningkatan Kualitas Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Melalui Metode Interaktif. Penelitian ini menemukan bahwa Metode pembelajaran interaktif, termasuk penggunaan *Ice Breaking*, membantu meningkatkan minat peserta didik terhadap pelajaran PAI. Dengan suasana kelas yang lebih menyenangkan, peserta didik lebih mudah menyerap materi agama.

Persamaan utama antara penelitian ini dan penelitian terdahulu adalah bahwa keduanya menyoroti efek positif dari *Ice Breaking* terhadap konsentrasi dan motivasi belajar peserta didik. Kedua jenis penelitian ini juga sama-sama mengakui pentingnya *Ice Breaking* dalam menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan, yang pada akhirnya berkontribusi pada hasil pembelajaran yang lebih baik.

---

<sup>51</sup> Dimas, "Efektivitas *Ice Breaking* dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa di Sekolah Dasar."

<sup>52</sup> Suwandi, "*Ice Breaking* sebagai Pendekatan untuk Meningkatkan Motivasi Siswa dalam Pembelajaran."



Namun, perbedaan utama terletak pada fokus spesifik penelitian ini pada mata pelajaran Matematika dan penggunaan *Ice Breaking* yang lebih interaktif dan menyenangkan. Fokus ini menambah dimensi baru yang belum secara luas dieksplorasi dalam penelitian terdahulu, yang umumnya lebih menitik beratkan membahas aspek konsentrasi atau motivasi secara terpisah.

### C. Kerangka Konseptual

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *Ice Breaking* permainan edukatif terhadap motivasi dan tingkat konsentrasi peserta didik pada pelajaran matematika. *Ice Breaking* adalah teknik pembelajaran yang dirancang untuk menciptakan suasana belajar yang santai dan interaktif, sehingga siswa merasa lebih nyaman dan terlibat dalam pembelajaran. Permainan edukatif yang digunakan dalam konteks ini berfungsi untuk mengintegrasikan unsur hiburan dengan pendidikan, sehingga dapat meningkatkan minat siswa terhadap materi matematika. Dalam hal ini, permainan edukatif diharapkan dapat membangkitkan motivasi siswa untuk belajar dengan cara yang menyenangkan, sesuai dengan konsep dasar motivasi belajar yang menyatakan bahwa faktor eksternal, seperti metode pembelajaran yang menarik, dapat memicu minat dan keinginan siswa untuk belajar.<sup>53</sup>

Di sisi lain, motivasi siswa yang meningkat dapat berdampak positif pada tingkat konsentrasi mereka selama proses belajar mengajar. Konsentrasi

---

<sup>53</sup> Dewi Sari, "Implementasi *Ice Breaking* dalam Pembelajaran Matematika untuk Meningkatkan Motivasi Siswa.," *Jurnal Ilmiah Pendidikan* 18, no. 4 (2022): 105–15.

adalah kemampuan siswa untuk memusatkan perhatian pada pelajaran yang disampaikan, yang sangat penting dalam memahami dan menyelesaikan masalah matematika. Penelitian menunjukkan bahwa suasana kelas yang menyenangkan, seperti yang diciptakan melalui aktivitas *Ice Breaking*, dapat membantu siswa untuk lebih rileks, sehingga mereka lebih mampu fokus pada materi yang diajarkan.<sup>54</sup> Oleh karena itu, dalam kerangka ini diasumsikan bahwa penerapan *Ice Breaking* permainan edukatif tidak hanya dapat meningkatkan motivasi belajar siswa tetapi juga berkontribusi pada peningkatan konsentrasi mereka dalam pelajaran matematika. Dengan memahami hubungan antara ketiga variabel ini, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai strategi pembelajaran yang efektif dalam konteks pendidikan matematika.<sup>55</sup>

Pada penelitian ini terdapat beberapa variabel yakni *Ice Breaking* Permainan Edukatif (Variabel Bebas), Motivasi Belajar (Variabel Terikat) dan Tingkat Konsentrasi (Variabel Terikat). Dalam hal ini maka dapat dibuat kerangka konseptual dibawah ini.

---

<sup>54</sup> R Putra, "Pengaruh Permainan Edukatif terhadap Minat dan Hasil Belajar Matematika Siswa," *Jurnal Matematika dan Pendidikan* 15, no. 1 (2021): 32–41.

<sup>55</sup> Muhammad Nurhadi, "Efektivitas Penggunaan Media Permainan Edukatif dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Matematika Siswa.," *Jurnal Pendidikan Inovatif* 12, no. 3 (2020): 88–95.

**Gambar 2.2 Bagan Kerangka Konseptual**

