

## **Pemberian *Ice Breaking* Lawan Gerak Untuk Pengembalian Konsentrasi Siswa Kelas IX.B Dalam Layanan Informasi SMP Negeri 14 Kota Jambi**

**Sami'ah**

SMP Negeri 14 Kota Jambi, Jambi, Indonesia

Email corresponding author: [samiah14@yahoo.com](mailto:samiah14@yahoo.com)

**Abstrak:** Adapun tujuan dalam penelitian ini untuk mengembalikan konsentrasi siswa dengan teknik *ice breaking* lawan gerak dalam layanan informasi. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX B SMP Negeri 14 Kota Jambi dengan jumlah 33 orang. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan konsentrasi siswa, hal itu ditunjukkan dari hasil siklus 1 berada pada presentase 47,9% yang dimana termasuk kedalam kategori sedang, pada siklus 2 bobot presentase adalah sebesar 75,2% yang dimana termasuk kedalam kategori tinggi. pada siklus 3 bobot presentase adalah sebesar 67,5% yang termasuk kedalam kategori tinggi.

**Kata Kunci:** *Ice Breaking*, Konsentrasi Siswa, Layanan Konseling

### **1. PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar belakang**

Pada saat pelaksanaan layanan informasi didalam kelas tengah berlangsung, siswa yang awalnya penuh perhatian dan konsentrasi lama kelamaan konsentrasinya buyar. Hilangnya konsentrasi siswa pada saat layanan informasi berlangsung mengakibatkan layanan informasi yang diberikan tidak efektif. Sehingga untuk mencapai tujuan dari layanan tersebut tidak tercapai dan layanan informasi yang diberikan terlihat sangat monoton.

Optimalisasi konsentrasi siswa dalam proses layanan merupakan sesuatu yang harus dipertimbangkan oleh para konselor. Konsentrasi ini memicu kemampuan daya serap materi yang diterima oleh peserta didik pada saat proses layanan di dalam kelas tengah berlangsung. Ada beberapa cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan atau mengembalikan konsentrasi siswa selama proses layanan. Pengembalian konsentrasi siswa ini dapat dilakukan dengan penggunaan *ice breaking*. *Ice breaking* merupakan suatu metode yang digunakan sebagai pemecah kebakuan pikiran atau fisik serta penghilang kebosanan siswa selama proses belajar. Penggunaan *ice breaking* akan sangat membantu menciptakan suasana yang bermakna, gembira, menyenangkan, kreatif, dan dinamis.

*Ice breaking* dalam konteks pembelajaran di kelas memang digunakan untuk mencairkan suasana, menjaga konsentrasi belajar, membina hubungan baik antar warga kelas, pun dapat digunakan untuk menajamkan ingatan dalam pelajaran. Penggunaan *ice breaking* bagi pendidik berguna mengangkat citra positif pembelajaran, sedangkan bagi siswa pembelajaran menjadi tidak menjemukan tetapi menyenangkan. Dengan *ice breaking* seorang guru juga dapat mengakomodir modalitas belajar siswa, baik gaya belajar V-A-K, multiple intelligences siswa, atau mengaktifkan IQ, EQ, dan SQ siswa.

Menurut Dryden & Vos (2000) belajar akan efektif bila proses pembelajaran dilaksanakan dengan suasana yang menyenangkan (*joyfull learning*). Ada beberapa hal yang mendukung efektivitas hasil belajar siswa diantaranya siswa belajar dalam kondisi senang, pendidik menggunakan berbagai variasi metode dan teknik, menggunakan media belajar menarik dan menantang, penyesuaian dengan konteks, pola induktif, dan siswa sebagai subjek dalam pembelajaran. *Ice breaking* adalah “peralihan situasi dari yang membosankan, membuat

mengantuk, menjenuhkan, dan tegang menjadi rileks, bersemangat, tidak membuat mengantuk, serta ada perhatian dan ada rasa senang untuk mendengarkan atau melihat orang yang berbicara di depan kelas atau ruangan pertemuan. *Ice breaking* dapat diartikan sebagai pemecah situasi kebekuan pikiran atau fisik siswa. *Ice breaking* juga dimaksudkan untuk membangun suasana belajar yang dinamis, penuh semangat, dan antusiasme. *Ice breaking* berguna untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan (fun) serta serius tapi santai.

Untuk mengatasi problem diatas maka perlu atau sengaja dilakukan Penelitian Tindakan Layanan (PTL) di SMP N 14 Kota Jambi.

## 2. METODE PENELITIAN

### 2.1. Setting Penelitian

1. Tempat Penelitian  
Pada penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 14 Kota Jambi
2. Waktu penelitian  
Adapun waktu pelaksanaannya yaitu bulan September 2018- November 2018

### 2.2. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah kelas IX B SMPN 14 Kota Jambi tahun ajaran 2018/2019. Instrumentasi penelitian tindakan layanan adalah alat yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data penelitian yang melibatkan peran serta peneliti, dimana peneliti bertindak sebagai instrumentasi kunci atau instrumentasi pokok dalam penelitian tindakan layanan dan berpartisipasi penuh dalam pengumpulan data.

Didalam penelitian ini yang menjadi data proses adalah segala informasi tentang perlakuan atau yang menyangkut pelaksanaan layanan seperti data orang atau pelaksana, pendekatan, media, materi, waktu, dan suasana selama layanan dilaksanakan terhadap subjek, dari awal hingga akhir.

### 2.3. Metode dan Alat Pengumpul data

- 1) Metode Analisis Data

Data yang diperoleh dari hasil item observasi kemudian diolah menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{\sum fx}{\sum Fn} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Presentase yang dihitung

$\sum fb$  : Jumlah frekuensi yang

diperoleh dari yang

menjawab

$\sum fn$  : Jumlah frekuensi dari

keseluruhan data (Sutja dkk, 2017:105)

Data-data tersebut kemudian dikaitkan sebagai dasar untuk mendeskripsikan keberhasilan pelaksanaan layanan yang ditandai dengan meningkatnya konsentrasi siswa.

1) Alat pengumpul data

Didalam penelitian ini alat pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut:

(1) Observasi

Observasi adalah penilaian yang didasari atas pengamatan akan perilaku peserta didik selama proses belajar berlangsung.

(2) Wawancara

Wawancara digunakan sebagai metode pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil, Sugiyono (2016:137).

2) Prosedur penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan layanan (PTL) yang direncanakan dalam 3 siklus., namun bukan berarti cukup dua siklus saja. Siklus dalam PTL sama halnya dengan jumlah pengulangan unlimited (tidak terbatas). Batasannya adalah pemahaman peneliti, apabila peneliti sudah menemukan pemahaman atas tindakan terbaik dari berbagai siklus yang dilakukan, maka penelitian dapat dihentikan, dan tidak perlu lagi dilanjutkan ke siklus lainnya, meskipun peneliti baru melakukan dua siklus, apabila sudah ditemukan yang efektif atau terbaik, dua siklus itu sudah cukup.

### 3. PEMBAHASAN PENELITIAN

Didalam penelitian ini, peneliti mengadakan 3 siklus, yang dimana didalam satu siklus terdapat 1 kali tindakan.

1) *Pelaksanaan siklus I*

Pelaksanaan siklus 1 pada penelitian tindakan dilakukan berdasarkan dengan diagnosis dari kondisi awal yang didapatkan setelah observasi dan wawancara dengan guru pembimbing. Tahapan pelaksanaan setiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksana tindakan, evaluasi serta refleksi. Untuk mengetahui proses pelaksanaan layanan dan hasil dari layanan digunakan instrumen berupa pedoman observasi penelitian. Pedoman observasi penelitian digunakan untuk melihat data proses atau aktivitas siswa pada saat pelaksanaan layanan. Langkah-langkah pada tahapan siklus I yaitu: Pembukaan, Inti, Penutup, dan Evaluasi.

Dari hasil observasi pada tahap awal sebelum diberikan layanan, pada siklus 1 mengalami peningkatan sebanyak 15,8%, akan tetapi akan tetap dilakukan penilaian terhadap beberapa pertemuan kedepan untuk memastikan lebih dalam bahwa dengan pelaksanaan layanan penguasaan konten dengan teknik kontrak perilaku mampu untuk meningkatkan konsentrasi siswa.

Sehingga, secara keseluruhan diatas dapat dilihat bahwa bobot presentase pada siklus 1 adalah sebesar 47,9% yang dimana termasuk kedalam kategori sedang.

2) *Pelaksanaan siklus II*

Pelaksanaan siklus II pada penelitian tindakan dilakukan berdasarkan dengan diagnosis dari pelaksanaan siklus I. Dengan melakukan berbagai tahapan dimulai dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, evaluasi serta refleksi kemudian menghasilkan beberapa tindakan yang

akan dilakukan pada siklus II. Tahap pada siklus 2 sama seperti pada siklus 1, dimulai dari perencanaan, pelaksana tindakan, evaluasi serta refleksi.

Hasil persentase observasi pada tahapan siklus II adalah sebesar 75,2% dimana termasuk kedalam kategori tinggi.

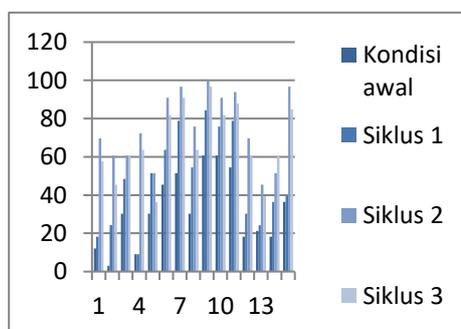
### 3) *Pelaksanaan siklus III*

Pelaksanaan siklus 3 pada penelitian tindakan dilakukan berdasarkan dengan diagnosis dari pelaksanaan siklus 1 dan 2. Dengan melakukan berbagai tahapan dimulai dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, evaluasi serta refleksi kemudian menghasilkan beberapa tindakan yang akan dilakukan pada siklus 1 dan 2. Tahap pada siklus 3 sama seperti pada siklus 1 dan 2, dimulai dari perencanaan, pelaksana tindakan, evaluasi serta refleksi. Adapun secara keseluruhan pelaksanaan siklus 3 termasuk kedalam kategori tinggi yaitu dengan presentase 67,5%.

## 4. PENGUJIAN HASIL HIPOTESIS

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini Apabila memberikan ice breaking lawan gerak pada saat pemberian layanan informasi maka akan dapat mengembalikan konsentrasi siswa. Hasil hipotesis yang telah diteliti dan didata benar, dapat diuraikan sebagai berikut : Sebelum diberikan tindakan, konsentrasi siswa berada pada presentase 32,1% yang dimana termasuk kedalam kategori rendah, pada siklus 1 berada pada presentase 47,9% yang dimana termasuk kedalam kategori sedang, pada siklus 2 bobot presentase adalah sebesar 67,5% yang termasuk kedalam kategori tinggi, siklus 3 bobot presentase adalah sebesar 75,2% yang dimana termasuk kedalam kategori tinggi.

**Grafik 1.** Hasil observasi kondisi awal, siklus 1, siklus 2, dan siklus 3



Dari grafik diatas dapat dilihat bahwa hasil dari observasi konsentrasi pada kondisi awal semua siklus, pada item 1 dan 2 terdapat peningkatan antara kondisi awal siklus 1 dan 2, dan siklus 3 mengalami sedikit penurunan. Dengan demikian untuk selanjutnya bagi para guru pembimbing yang akan melaksanakan layanan informasi.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

### 5.1. Kesimpulan

Dari gambaran hasil penelitian setelah terlaksananya tindakan dua siklus dapat disimpulkan bahwa upaya meningkatkan konsentrasi siswa kelas IX SMPN 14 KOTA JAMBI dapat ditingkatkan melalui layanan penguasaan konten dengan teknik kontrak perilaku.

Konsentrasi siswa pada pra tindakan/ kondisi awal memiliki rata-rata sebesar 32,1% yang dimana termasuk kedalam kategori rendah.

Pada siklus 1 berada pada presentase 47,9% yang dimana termasuk kedalam kategori sedang, pada siklus 2 bobot presentase adalah sebesar 75,2% yang dimana termasuk kedalam kategori tinggi. pada siklus 3 bobot presentase adalah sebesar 67,5% yang termasuk kedalam kategori tinggi. Dari 3 siklus yang telah dilakukan, maka siklus terbaik berada pada siklus ke 2 dengan bobot presentase sebesar 75,2% yang dikategorikan tinggi.

Pencapaian hasil terbaik untuk mengembalikan konsentrasi siswa menggunakan teknik *ice breaking* lawan gerak dalam layanan informasi dilakukan dengan cara atau dengan prosedur sebagai berikut :

- 1) Pembukaan
  - (1) Buka layanan dengan semenarik mungkin untuk menarik perhatian siswa, awali dengan mengucapkan salam, mengabsen, menanyakan kesiapan siswa untuk mengikuti layanan ini.
- 2) Tahapan Inti
  - (1) Menjelaskan materi dan melakukan tanya jawab kepada siswa
  - (2) Menayangkan video
  - (3) Menyimpulkan makna dari video
  - (4) Melanjutkan materi
  - (5) Pilih waktu yang tepat untuk menggunakan ice breaking, dari melihat perhatian siswa yang mulai buyar.
  - (6) Sebelum melakukan ice breaking lawan gerak, jelaskan terlebih dahulu tata cara permainannya.
  - (7) Pada saat akan memulai permainan kendalikan suasana kelas untuk tetap kondusif
  - (8) Mampu memimpin permainan dengan baik dan tegas
  - (9) Akhiri permainan dengan baik dan suasana kelas tetap kondusif.
  - (10) Setelah melakukan ice breaking lawan gerak tarik lagi perhatian siswa untuk melanjutkan layanan
  - (11) Pemberian pertanyaan kepada siswa tentang materi yang telah dijelaskan.
  - (12) Lanjutkan materi dan tanya jawab
- 3) Penutupan
  - (1) Simpulkan materi layanan
  - (2) Berikan penguatan dan ucapkan salam

## 5.2. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian yang telah diuraikan diatas, maka dapat disarankan sebagai berikut :

- 1) Pemberian ice breaking lawan gerak untuk mengembalikan konsentrasi siswa kelas IX B SMPN 14 KOTA JAMBI dalam layanan informasi. Hendaknya dapat terus dilakukan dan diberikan kepada siswa. Hal ini berdasarkan penelitian yang berhasil mengembalikan konsentrasi siswa dalam 3 siklus dan masing-masing siklus memiliki 1 pertemuan.
- 2) Bagi peneliti hendaknya memperoleh gambaran bagaimana mengembalikan konsentrasi siswa dengan materi-materi yang akan diberikan pada pelaksanaan layanan informasi dimasa mendatang.

- 3) Bagi siswa, dengan adanya peningkatan konsentrasi siswa mempermudah segala pekerjaan siswa, baik didalam belajar, bermain, olah raga, aktivitas dirumah, disekolah ataupun aktivitas lainnya.
- 4) Bagi jurusan bimbingan dan konseling hendaknya berinisiatif meningkatkan konsentrasi, karena sebagai calon guru pembimbing dimasa akan datang kita diharuskan untuk siap didalam segala hal, sehingga dibutuhkan konsnetrasi yang bagus agar mendapatkan hasil yang maskimal.

#### **Daftar Pustaka**

- Anderson, Roy. 2008. *Langkah Pertama Membuat Siswa Berkonsentrasi*. Jakarta: PT. Indeks.
- Mustaqim, dan Wahid Abdul. 2010. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno & Amti, Erman. (2004). *Dasar-Dasar BK*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. 2004. *Seri Layanan Konseling L1-L9*. Padang: FIP-UNP.
- Suhesti, Endang. 2017. *77 Games Berkarakter dalam bimbingan Konseling*. Bandung: Penerbit Yrama Widya.
- Sutja, Akmal. (2017). *Penulisan Skripsi untuk Prodi Bimbingan Konseling*. Yogyakarta: Writing Revolution
- Sutja, Akmal. 2016. *Teori dan Aplikasi Konseling*. Yogyakarta: WR.
- Tim Pengembangan MKDK IKIP Semarang. (1993). *Bimbingan Konseling Sekolah*. Semarang: IKIP Semarang Press.