

**Problematika Guru dalam Penerapan *Ice Breaking*
untuk Menciptakan Suasana Belajar yang Kondusif**

Nanik Irma Auliya^{1*}, Muhammad Ramdani Nur², Muh. Thala'at³

^{1 2 3} Institut Agama Islam Hamzanwadi NW Lombok Timur, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

* Penulis Korespondensi: aulyananik2@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini melatarbelakangi pentingnya penggunaan *ice breaking* dalam mengatasi kejenuhan belajar Murid di tingkat Madrasah Ibtidaiyah, sekaligus mengidentifikasi tantangan yang dihadapi guru dalam implementasinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui problematika yang dihadapi guru dalam menerapkan *ice breaking* di kelas IV MI Ainul Yaqin NW Punikasih serta upaya yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Penerapan *ice breaking* secara umum telah berjalan dengan baik dan konsisten pada awal maupun di sela-sela pembelajaran. Namun, guru menghadapi tiga problematika utama, yaitu: keterbatasan ide yang berisiko membuat permainan monoton, sulitnya mengontrol kelas karena Murid mengalami *over-stimulus* yang memicu kegaduhan, serta keterbatasan alokasi waktu akibat padatnya materi kurikulum. Upaya guru dalam mengatasi problematika tersebut meliputi: mencari referensi permainan baru secara mandiri melalui media sosial (YouTube dan TikTok), menerapkan kesepakatan aba-aba lisan (seperti "Hello-Hai") yang diikuti perubahan intonasi dan ekspresi tegas untuk mengembalikan fokus Murid, serta melakukan manajemen waktu yang ketat dengan membatasi durasi *ice breaking* selama 3–5 menit agar tidak mengorbankan target kurikulum.

Keyword: Problematika, Guru, *Ice Breaking*, Belajar, Kondusif

Pendahuluan

Pendidikan merupakan sistem atau proses pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan potensi diri, karakter, keterampilan, dan kecerdasan seseorang melalui kegiatan belajar, bimbingan dan latihan baik dilingkungan formal, informal, maupun nonformal. Pendidikan mencakup proses perubahan sikap dan tata laku seseorang melalui pengajaran, pelatihan dan pengalaman belajar yang membentuk kedewasaan dan karakter manusia.

Berdasarkan undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, Pendidikan adalah usaha sadar yang terencana untuk mewujudkan suasana belajar dalam proses pembelajaran untuk peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya supaya memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri,

kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang dimiliki oleh dirinya dan masyarakat, selain membenahi sistem pendidikan, proses pembelajaran juga harus berlangsung secara efektif/ kondusif agar murid dapat memiliki hasil belajar yang tinggi. Dalam proses pembelajaran dibutuhkan beberapa teknik yang dapat menunjang proses pembelajaran itu sendiri menjadi efektif, salah satunya yaitu teknik penggunaan *ice breaking*.

Pendidikan abad ke 21 menuntut terciptanya ekosistem kelas yang di mana tidak hanya berfokus pada mentransfer informasi atau ilmu pengetahuan saja, tetapi juga kesejahteraan emosional murid. Suasana belajar yang kondusif ialah pondasi paling utama supaya materi yang di berikan oleh guru cepat di tangkap oleh murid. Tetapi nyatanya banyak murid yang mengalami bosan, jenuh, kurang konsentrasi karna guru terlalu monoton cara menyampaikan pada saat proses pembelajaran berlangsung, sehingga guru perlu adanya teknik *ice breaking* dalam proses pembelajaran untuk memecahkan ketegangan, kaku, pengembalian fokus pada murid.

Walaupun *ice breaking* ini hanya sekedar main-main tetapi teknik *ice breaking* ini sangat bermanfaat karna bisa mengembangkan fokus murid dalam belajar sehingga murid jadi lebih menyenangkan dalam proses pembelajaran berlangsung. Walaupun teknik *ice breaking* ini kelihatan mudah untuk di terapkan oleh guru, tetapi seringkali guru menghadapi masalah saat menerapkan teknik *ice breaking* ini, banyak guru yang mengalami walaupun sudah menerapkan *ice breaking* yang awalnya kondusif lama-lama kondisi pada saat proses pembelajaran kembali seperti semula, murid cepat bosan, kurang konsentrasi dan jenuh pada saat proses pembelajaran.

Masalah yang sering di hadapi guru dalam menerapkan *ice breaking* ini adalah guru kurang kreativitas dalam menerapkan *ice breaking* sehingga guru kekurangan ide untuk memvariasikan teknik *ice breaking*. Banyak guru hanya menerapkan *ice breaking* yang satu jenis saja sehingga murid merasa bosan dengan permainan yang seperti itu saja, waktu juga seringkali menjadi pengahambat guru dalam menerapkan *ice breaking*, guru takut target atau tujuan pembelajaran yang akan di sampaikan tidak selesai dengan adanya durasi waktu *ice breaking*, dan jika tidak ada *ice breaking* suasana pembelajaran tidak mencair atau kurang kondusif, sehingga membuat teknik *ice breaking* ini tidak tetap di terapkan karna guru keterbatasan waktu untuk melakukan *ice breaking*. Jika masalah ni tetap di biarkan maka *ice breaking* di anggap hanya sebagai formalitas yang hanya membuang waktu dan mengurangi durasi belajar dan murid akan tetap terjebak dalam suasana belajar yang kaku dan menegangkan, sehingga menurunkan motivasi murid dalam belajar.

Berdasarkan studi awal pada saat melaksanakan observasi pada bulan Januari tahun 2026 diketahui bahwa kondisi di sekolah MI Ainul Yaqin NW Punikasih kondisi murid dalam mengikuti pembelajaran kurang kondusif, murid mengantuk, bosan, dan kurang konsentrasi di karenakan guru memberikan murid *ice breaking* dalam pembelajaran terlalu monoton dan tidak bervariasi sehingga perlunya dilakukan kreativitas guru dalam menerapkan *ice breaking* ketika melaksanakan pembelajaran agar dapat membuat suasana kelas menjadi menyenangkan dan kondusif. Mengingat bahwa pentingnya suasana belajar yang kondusif dan merupakan persyaratan penting bagi tercapainya tujuan pembelajaran secara optimal, sehingga Guru perlu memvariasikan *ice breaking* agar murid tetap semangat dalam proses pembelajaran di sekolah MI Ainul Yaqin NW Punikasih. Berdasarkan permasalahan yang diuraikan diatas saya tertarik untuk melakukan penelitian tentang problematika guru dalam menerapkan *ice breaking* untuk menciptakan suasana belajar yang kondusif di MI ainul yaqin NW punikasih.

Metode

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan jenis deskriptif untuk memberikan gambaran maupun mendeskripsikan secara rinci tentang penerapan *Ice breaking* dan menciptakan suasana belajar yang kondusif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan melaksanakan wawancara, Observasi, dan dokumentasi. Menurut Sugiyono (2016) wawancara digunakan pengumpulan data sebagai untuk teknik menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari informan yang lebih mendalam. Dalam penelitian ini peneliti melakukan wawancara dengan dua responden yaitu guru dan murid untuk mendapatkan informasi yang berkaitan dengan pelaksanaan *ice breaking* dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif dikelas. Sedangkan observasi dilakukan untuk melihat secara langsung (fakta di lapangan) bagaimana guru mempraktikkan *ice breaking* dan apa saja kendala nyata yang muncul saat proses tersebut berlangsung di kelas, dan dokumentasi yang berkaitan dengan foto wawancara dengan guru kelas, Murid, dan dokumentasi pelaksanaan *ice breaking* dikelas. Untuk mendapatkan hasil yang akurat peneliti menggunakan teknik analisis data dengan menggunakan konsep Miles and Huberman (1984) melalui reduksi data, penyajian data, dan Penarikan kesimpulan/verifikasi. (Sugiyono 2016:246). Teknik pemeriksaan keabsahan data yang digunakan yaitu triangulasi teknik, sumber dan waktu.

Hasil & Pembahasan

Hasil

Penerapan dan Tujuan *Ice breaking* di Kelas IV

Penerapan *ice breaking* di kelas IV MI Ainul Yaqin NW Punikasih menunjukkan perkembangan yang sangat baik terhadap pembentukan karakter, pengikisan rasa jenuh, dan pembangunan rasa percaya diri Murid. Berdasarkan hasil penelitian, guru kelas telah memahami konsep dasar teknik ini sehingga mampu mengaplikasikannya dengan lancar. Sesi penyegaran ini umumnya diberikan di awal pelajaran untuk membangun kesiapan, atau di sela-sela pelajaran saat konsentrasi Murid mulai menurun. Wali kelas IV, Bapak Amrin, menuturkan:

"Saya sering memberikan ice breaking di dalam melaksanakan pembelajaran karena menurut saya dengan adanya ice breaking ini murid sangat senang dan tidak cepat bosan dalam belajar." (Wawancara, 20 Mei 2026).

Murid kelas IV (Firda dan Anggi) memperkuat data tersebut dengan menyatakan bahwa *ice breaking* sukses mengusir rasa kantuk dan memulihkan fokus mereka. Adapun jenis-jenis *ice breaking* yang diterapkan meliputi: bernyanyi/yel-yel, teka-teki, dan gerak tubuh. Kombinasi bernyanyi sambil menggerakkan tubuh menjadi jenis yang paling diminati karena efektif merilekskan fisik anak. Hal ini sejalan dengan pandangan Maulia Rahmawati dkk. (2023) bahwa aktivitas gerak fisik ringan dan sorak lagu bersama mampu menstimulasi motivasi sekaligus memengaruhi hasil belajar Murid secara positif.

Secara teoritis, tujuan utama dari penerapan ini adalah mengurangi ketegangan psikologis antarMurid dan menciptakan atmosfer kelas yang antusias (Ilham & Supirman, 2021) dalam Safitriana (2025). Ketika Murid merasa rileks, mereka akan menyimak penjelasan guru dengan saksama, sehingga tercipta iklim belajar yang kondusif.

Problematika Guru dalam Menerapkan *Ice Breaking*

Meskipun berjalan lancar, proses observasi dan wawancara mengidentifikasi adanya tiga problematika krusial yang dialami guru di dalam kelas.

Kurangnya Kreativitas dalam Memvariasikan Ide

Kekurangan ide referensi membuat guru cenderung mengulang-ulang jenis permainan yang sama. Akibatnya, *ice breaking* yang semula berfungsi sebagai pemecah kejenuhan justru bergeser menjadi rutinitas baru yang monoton. Kondisi ini dikonfirmasi oleh Raka (Murid) yang mengaku mulai bosan jika jenis gerakannya tidak berganti. Kurangnya variasi ini, menurut Pallot (dalam Irwansyah, 2021), memicu kelelahan mental pada anak dan membuat atmosfer kelas kembali pasif.

Kontrol Kelas dan Risiko *Over-Stimulus*

Tantangan terbesar muncul ketika permainan berbasis gerakan heboh memicu emosi Murid secara drastis (*over-stimulus*). Kegembiraan yang berlebihan membuat Murid larut dalam suasana bermain sehingga ruang kelas berubah menjadi gaduh. Guru sering kali kesulitan menarik kembali psikologis anak untuk kembali masuk ke mode siap belajar.

Keterbatasan Alokasi Waktu

Padatnya muatan target materi kurikulum membatasi ruang gerak guru. Jika durasi permainan tidak dikontrol, alokasi waktu untuk penyampaian esensi materi pembelajaran utama akan tersita. Guru kerap dilematis antara mengejar target materi atau memberikan hak penyegaran bagi anak.

Upaya Guru dalam Mengatasi Problematika

Guru kelas IV tidak tinggal diam dalam menghadapi kendala tersebut. Beberapa langkah taktis dan strategis dilakukan guna meminimalisir hambatan yang ada:

Tabel 1. Hambatan Guru dan Solusinya

No.	Hambatan Lapangan	Strategi dan Upaya Solutif Guru
1	Keterbatasan Ide / Monoton	Melakukan peningkatan kompetensi mandiri secara digital dengan mengeksplorasi ragam variasi tren <i>ice breaking</i> melalui media sosial seperti YouTube dan TikTok sebelum mengajar.
2	Kelas Gaduh (<i>Over-stimulus</i>)	Menggunakan kontrak verbal pra-permainan berupa aba-aba kata kunci " <i>Hello</i> " (direspon " <i>Hai</i> " oleh Murid) yang dikombinasikan dengan intonasi suara yang tegas serta ekspresi wajah serius.
3	Keterbatasan Waktu	Melakukan perencanaan waktu (<i>time management</i>) yang presisi sebelum masuk kelas, membatasi durasi pelaksanaan secara ketat selama 3–5 menit saja.

Pembahasan

Temuan penelitian menunjukkan bahwa *ice breaking* yang awalnya didesain sebagai instrumen penciptor iklim kondusif, justru berpotensi menjadi bumerang kegaduhan jika tidak dikelola dengan manajemen kelas (*classroom management*) yang matang. Masalah pertama mengenai monotonisasi permainan bersumber dari keterbatasan literasi metodologi pedagogis guru yang masih terpaku pada metode konvensional. Padahal, psikologi perkembangan anak usia MI (kluster operasional konkret) membutuhkan stimulasi yang bervariasi untuk mempertahankan *attention span* (rentang perhatian) mereka. Jika permainan yang diberikan tidak berkembang, fungsi *ice breaking* sebagai pembangkit hormon dopamin (kebahagiaan belajar) akan menurun fungsinya menjadi aktivitas formalitas semata.

Masalah kedua, yaitu kegaduhan akibat *over-stimulus*, terjadi karena transisi psikologis anak dari fase bermain kembali ke fase berpikir matematis/analitis membutuhkan waktu penyesuaian (*cooling down*). Siswa usia dasar memiliki regulasi

emosi yang belum stabil, sehingga ketika mereka distimulus dengan aktivitas yang menyenangkan, energi kegembiraannya meluap dan sulit diredam secara instan. Di sinilah letak pentingnya kompetensi guru dalam memegang kendali penuh atas dinamika psikologis kelas.

Terakhir, mengenai alokasi waktu, dilema kurikulum menuntut guru untuk bertindak taktis. Porsi waktu yang terlalu lama untuk bermain akan mengurangi hak belajar substantif siswa. Oleh karena itu, hambatan manajemen waktu ini menegaskan bahwa *ice breaking* bukan merupakan menu utama pembelajaran, melainkan suplemen transisional yang harus diukur efisiensinya secara matematis demi ketercapaian target kurikulum.

Langkah guru kelas IV MI Ainul Yaqin NW Punikasih dalam mengadopsi teknologi digital (YouTube dan TikTok) menunjukkan sikap adaptif terhadap tantangan zaman. Media sosial saat ini berhasil bergeser peran menjadi ruang pengembangan profesionalisme guru (*teacher professional development*) secara mandiri dan gratis. Pengayaan variasi dari platform digital terbukti mampu meminimalkan kebosanan siswa secara signifikan.

Selanjutnya, metode pengkondisian kelas lewat rumus lisan "*Hello-Hai*" dikombinasikan dengan perubahan intonasi dan mimik wajah tegas merupakan bentuk implementasi dari teori komunikasi instruksional yang sangat baik. Perubahan intonasi (suara tinggi ke rendah) bertindak sebagai stimulus auditori baru yang memaksa otak anak untuk menghentikan kegiatannya sendiri dan mencari sumber suara. Hal ini membuktikan bahwa penertiban kelas tidak harus dilakukan dengan amarah atau membentak, melainkan melalui teknik komunikasi verbal-nonverbal yang sistematis.

Pembatasan durasi *ice breaking* sepanjang 3–5 menit juga merupakan langkah *win-win solution*. Durasi tersebut dinilai ideal menurut teori psikologi belajar anak, sebab waktu 3-5 menit sudah cukup untuk merelaksasi otot-otot yang tegang dan menjernihkan kejenuhan pikiran (*brain break*) tanpa mengganggu struktur alokasi waktu mata pelajaran yang telah digariskan oleh kurikulum madrasah.

Kesimpulan

Penerapan *ice breaking* di MI Ainul Yaqin NW Punikasih terbukti signifikan dalam meningkatkan antusiasme, kefokusannya, dan kenyamanan belajar Murid kelas IV. Problematika berupa keterbatasan variasi ide, kendala kontrol kelas (*over-stimulus*), serta keterbatasan waktu berhasil diatasi melalui kombinasi pemanfaatan media digital, penegasan kesepakatan verbal ("*Hello-Hai*"), dan manajemen durasi yang ketat (3–5 menit). Melalui langkah mitigasi ini, esensi *ice breaking* sebagai instrumen pencair kebekuan dapat berjalan optimal tanpa mengorbankan pencapaian target kurikulum pembelajaran.

Daftar Pustaka

- Agustin, M., & Purnamasari, I. (2020). Pengaruh penggunaan ice breaking terhadap motivasi dan fokus belajar siswa sekolah dasar. *Jurnal Basicedu*, 4(2), 450-458.
- Cahyati, N., & Kusumah, R. (2020). Peran guru dalam mengatasi kejenuhan belajar siswa dan tantangan alokasi waktu kurikulum. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 45-54.
- Fauziyah, N., & Alimah, S. (2021). Manajemen pengelolaan kelas dalam mengatasi kegaduhan saat pembelajaran di Madrasah Ibtidaiyah. *Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 4(2), 112-125.
- Hafid, A. (2019). Problematika guru dalam mengelola kelas pada mata pelajaran tematik. *Pesona Dasar: Jurnal Pendidikan Dasar dan Humaniora*, 7(1), 1-13.

- Handayani, T., & Rahmadani, S. (2022). Pemanfaatan media sosial TikTok dan YouTube sebagai sumber referensi guru dalam merancang ice breaking interaktif. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 10(1), 78-89.
- Hasanah, U., & Setiawan, A. (2018). Efektivitas ice breaking dalam mengurangi kejenuhan belajar siswa di sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 2(3), 234-241.
- Lestari, I., & Rofiq, M. (2021). Strategi manajemen waktu guru dalam menyiasati padatnya materi kurikulum di Madrasah Ibtidaiyah. *Jurnal Administrasi Pendidikan Islam*, 3(1), 56-70.
- Maulana, A., & Nisa, K. (2020). Upaya guru dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa melalui kegiatan ice breaking. *Jurnal Tarbiyah*, 27(1), 88-102.
- Nugroho, D. A. (2019). Kendala dan solusi guru dalam penerapan ice breaking pada pembelajaran di kelas. *Mimbar Sekolah Dasar*, 6(2), 175-188.
- Pratiwi, N. I. (2020). Problematika pembelajaran di sekolah dasar dan alternatif pemecahannya. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 5(2), 200-215.
- Rahmawati, F., & Setyawan, D. (2021). Pengaruh ice breaking terhadap penurunan tingkat kejenuhan belajar siswa Madrasah Ibtidaiyah. *Jurnal PGMI*, 8(1), 34-47.
- Sari, Y., & Hidayat, R. (2022). Pengendalian over-stimulus pada siswa: Teknik komunikasi efektif guru dalam pembelajaran. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 9(2), 145-158.
- Susilowati, E. (2018). Problematika guru dalam manajemen waktu pembelajaran di kelas. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 5(2), 110-123.
- Wahyuni, S., & Putra, R. A. (2021). Implementasi ice breaking dalam menciptakan iklim kelas yang kondusif di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 12(1), 67-80.
- Yulianti, M., & Anwar, K. (2020). Kreativitas guru dalam mencari referensi media pembelajaran melalui platform digital. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 7(2), 210-222.