

Systematic Literature Review (SLR): The Effect of Ice Breaking on Student Learning Outcomes

Risma Oktafia¹, Elisa Septiana², Ramdhani Alifatus Saidah³, Wieline Dewi Azzahra⁴, Fina Fakhriyah⁵, Erik Aditya Ismaya⁶

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Muria Kudus, Kudus, Indonesia
Corresponding author email: 202133189@std.umk.ac.

Abstract— *Ice breaking is an activity or technique that is carried out between lessons with the aim that students can receive material again in a relaxed and enthusiastic atmosphere. The problem that occurs in learning is that usually students easily get bored with the class atmosphere which is monotonous and tends to be conventional. This study aims to determine the effect of ice breaking on student learning outcomes. The method used in this study is the Systematic Literature Review (SLR) method. The use of the Systematic Literature Review (SLR) method aims to review all research related to the topic of the phenomenon to be studied. Data collection in this study began by searching for articles on the Google Scholar database through the Publish or Perish (PoP) application using the keyword "Ice breaking in elementary schools", with year limits starting from 2017 to 2023. The articles found at the start of the search were 200 articles, then included up to 10 articles that really fit the criteria of this study. Based on this research, it was found that the application of ice breaking techniques can improve student learning outcomes. This is evidenced by the results of a literature review of 10 articles that have been interpreted by researchers with the topic of the effect of applying ice breaking techniques on learning outcomes.*

Keywords: *Ice Breaking, SLR, Learning Outcomes*

Abstrak— *Ice breaking adalah suatu kegiatan atau teknik yang dilakukan dalam sela-sela pembelajaran dengan tujuan agar peserta didik bisa menerima materi kembali dengan suasana santai dan bersemangat. Permasalahan yang terjadi dalam pembelajaran yakni biasanya peserta didik mudah merasa bosan dengan suasana kelas yang monoton dan cenderung bersifat konvensional. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh adanya *ice breaking* terhadap hasil belajar peserta didik. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode Systematic Literature Review (SLR). Penggunaan metode Systematic Literature Review (SLR) bertujuan untuk mengkaji semua penelitian terkait topik fenomena yang akan diteliti. Pengumpulan data pada penelitian ini dimulai dengan mencari artikel pada database google scholar melalui aplikasi Publish or Perish (PoP) menggunakan kata kunci "*Ice breaking* di Sekolah Dasar", dengan batasan tahun mulai tahun 2017 hingga 2023. Artikel yang ditemukan pada awal pencarian sebanyak 200 artikel, kemudian diinklusi hingga menjadi 10 artikel yang benar-benar sesuai dengan kriteria penelitian ini. Berdasarkan penelitian ini didapatkan bahwa penerapan teknik *ice breaking* dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik. Hal ini dibuktikan dengan hasil kajian literatur dari 10 artikel yang telah diinterpretasikan oleh peneliti dengan topik pengaruh penerapan teknik *ice breaking* terhadap hasil belajar.*

Kata kunci: *Ice Breaking, SLR, Hasil Belajar*



1. PENDAHULUAN

Belajar merupakan sebuah kegiatan yang dilakukan seseorang untuk memperoleh pengetahuan. Hal tersebut mengakibatkan perubahan yang ada pada seseorang, seperti cara berpikir, bersikap, dan berperilaku (Arfani, 2016). Adanya kegiatan belajar akan mengakibatkan seseorang menjadi tahu. Kegiatan belajar tidak diperoleh dari lembaga formal saja, tetapi dapat melalui lembaga non formal dan lingkungan. Hal tersebut mengakibatkan seseorang di manapun ia berada dirinya bisa belajar. Seorang anak yang berada di sekolah, dirinya belajar secara formal dan setiap harinya juga kemampuan yang dimilikinya akan meningkat, sehingga diperlukan penilaian pemahaman mengenai hasil belajar yang telah diperolehnya. Keberhasilan peserta didik dalam menerima pembelajaran dapat dilihat melalui keberhasilan peserta didik dalam menerima materi pelajaran yang diajarkan guru di kelas (Putri et al., 2019). Keberhasilan tersebut menjadi sebuah tolak ukur apakah belajar yang selama ini dilakukan di kelas berhasil atau tidak.

Dalam proses belajar yang terjadi di kelas akan interaksi antara guru dan peserta didik. Yestiani & Zahwa (2020) mengatakan bahwa pembelajaran merupakan hubungan antara guru dan peserta didik serta sumber belajar di sebuah lembaga belajar. Pembelajaran adalah sebuah bantuan yang diberikan pada peserta didik yang bertujuan untuk pendalaman ilmu dan hal baru yang belum pernah didapatkan sebelumnya. Pane & Darwis Dasopang (2017) mengatakan bahwa pembelajaran merupakan kegiatan yang melibatkan peserta didik, tenaga pendidik, dan bahan ajar dalam suatu lingkungan belajar. Dengan pembelajaran ini akan membantu peserta didik untuk mendapatkan pengetahuan dan hal yang baru baginya.

Suhardi dalam Yestiani & Zahwa (2020) mengatakan bahwa proses pembelajaran akan terus dialami oleh seorang manusia selama masih hidup di mana pun dan kapan pun ia berada. Selama proses pembelajaran berjalan dan menghasilkan pembelajaran yang maksimal, maka membutuhkan konsentrasi yang baik agar pembelajaran yang disampaikan dapat diterima peserta didik. Selain itu, sebelum proses pembelajaran berlangsung, guru harus mempersiapkan perangkat pembelajaran yang terdiri atas bahan ajar, tujuan, peserta didik, dan karakteristiknya. Persiapan yang belum maksimal akan menyebabkan pembelajaran yang tidak maksimal pula. Salah satu faktor yang memicu tidak

maksimalnya proses pembelajaran adalah konsentrasi peserta didik (Paradita et al., 2021). Secara umum peserta didik yang berada di jenjang SD konsentrasinya tidak dapat bertahan lama, sebab dirinya lebih cepat merasa bosan dalam menerima pelajaran. Sehingga mengakibatkan guru memiliki peranan penting dalam proses pembelajaran, salah satunya dengan menghidupkan suasana pembelajaran di kelas. Hal tersebut dilakukan agar peserta didik tidak cepat merasa bosan dan meningkatkan konsentrasi peserta didik. Seorang pengajar harus dapat memfasilitasi peserta didik agar proses pembelajaran menjadi lebih berinovasi dan peserta didik mudah dalam menerima pelajaran (Zuhariyah & Fahmi, 2022). Salah satu fasilitas yang perlu diberikan guru pada peserta didik adalah pemberian kegiatan pembelajaran yang menyenangkan dan menarik.

Kegiatan pembelajaran di kelas yang menarik dan menyenangkan merupakan salah satu hal yang diperlukan oleh peserta didik agar dirinya tidak bosan dan tetap mempertahankan konsentrasinya selama hari itu. Salah satu kegiatan yang bisa dilakukan adalah dengan pemberian *ice breaking*. Surnarno dalam Lestari et al. (2023) mengatakan bahwa *ice breaking* adalah salah satu kegiatan yang dapat memecahkan suasana dalam kelas dan bertujuan agar peserta didik bisa menerima materi kembali dengan suasana santai dan bersemangat. Kegiatan *ice breaking* diberikan pada peserta didik selama pembelajaran berlangsung di kelas ketika mulai bosan dan jenuh terhadap pelajaran yang diterimanya di kelas. Kegiatan *ice breaking* biasa dilakukan ketika di sela-sela pelajaran dan ketika peserta didik mulai bosan dan ramai sendiri dengan teman-temannya.

Ice breaking biasanya dilakukan oleh guru agar peserta didik tidak bosan untuk menerima pelajaran. Selain itu, *ice breaking* juga dapat meningkatkan motivasi peserta didik untuk belajar, sehingga hasil belajarnya pun juga ikut meningkat (Ahra et al., 2022). Hal tersebut disebabkan karena *ice breaking* dapat membuat semangat peserta didik yang awalnya hilang dan sudah lelah menerima pelajaran, akan kembali bersemangat dan senang menerima pelajaran ketika setelah dilakukannya *ice breaking*. *Ice breaking* bisa dilakukan dengan beberapa kegiatan, seperti yel-yel bersemangat, mini games, menyanyikan materi pelajaran, tebak gambar, atau kegiatan lainnya yang menarik perhatian dan menyenangkan peserta didik. *Ice breaking* yang banyak dilakukan adalah yel-yel bersemangat dan menyanyikan materi pelajaran, sebab itu dilakukan

agar peserta didik lebih mudah mengingat pelajaran yang diajarkan oleh gurunya selama di sekolah.

Peserta didik dapat memiliki perubahan perilaku sebab adanya hasil belajar yang telah diikuti selama proses pembelajaran di kelasnya dan adanya sebuah pengalaman yang dimilikinya selama berinteraksi dengan lingkungannya (Ahra et al., 2022). Hasil belajar pada peserta didik dapat berupa perubahan perilakunya yang ditinjau dari 3 aspek, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik yang ditinjau dari pengalaman belajarnya. Hasil belajar seorang peserta didik dapat dipengaruhi adanya pembelajaran dan tindakan yang dilakukan guru selama pembelajaran di kelas, Selvia et al. (2021) mengatakan bahwa seorang individu dapat berhasil atau tidak dalam menerima pelajaran bisa diketahui melalui prestasi hasil belajarnya.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Zuhariyah & Fahmi (2022) kegiatan *ice breaking* berpengaruh pada perolehan belajar selama berada di sekolah. Pada saat *ice breaking* dilakukan saat pembelajaran, pembelajaran akan terlihat menarik dan peserta didik terlihat lebih tertarik dalam menerima materi, suasana pembelajaran di kelas terlihat menyenangkan, dan dapat mendorong peserta didik untuk lebih kreatif, aktif, dan fokus dalam menerima serta menyimak pelajaran di kelas. Adanya kegiatan *ice breaking* yang diterapkan selama proses pembelajaran juga akan meningkatkan hasil belajar kognitif peserta didik, karena peserta didik melakukan *ice breaking* dengan kemauannya sendiri dan tidak ada penekanan atau paksaan dari pihak manapun. Kegiatan *ice breaking* juga membuat peserta didik yang dulunya pasif selama pembelajaran, sekarang peserta didik tersebut menjadi interaktif, berani, dan bersemangat dalam menerima materi pelajaran (Yanti & Putri, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Paradita et al. (2021) kegiatan *ice breaking* yang diterapkan di kelas selama proses pembelajaran dapat menimbulkan pembelajaran yang bervariasi. Dalam menerapkan *ice breaking* di kelas peserta didik menjadi termotivasi dan menjadi sangat memperhatikan materi yang diajarkan guru. Sehingga, hasil belajar peserta didik pun ikut berpengaruh terhadap adanya kegiatan *ice breaking* tersebut. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Ahra et al. (2022) adanya kegiatan *ice breaking* dalam pembelajaran dapat mengeluarkan peserta didik dari suasana tegang selama menerima pelajaran dari guru. Selain itu, penggunaan *ice breaking* juga berpengaruh pada

motivasi belajar peserta didik yang pada akhirnya akan berpengaruh pada hasil belajar peserta didik.

Berdasarkan penelitian terdahulu diperoleh hasil bahwa kegiatan *ice breaking* dapat berpengaruh pada hasil belajar peserta didik. Adanya hal tersebut membuat peneliti tertarik untuk melakukan kajian literatur yang berkaitan tentang *ice breaking* yang berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik. Hasil kajian literatur pada kali ini diharapkan akan menjadi dasar terkait untuk mengeksplorasi terkait *ice breaking* yang dapat berpengaruh pada hasil belajar yang telah ditempuh peserta didik di kelas.

Sampai saat ini, proses belajar mengajar yang terjadi di sekolah tidak berjalan seperti yang diharapkan. Hal tersebut disebabkan kegiatan pembelajaran yang diterapkan di SD masih banyak yang bersifat tradisional atau konvensional (Paradita et al., 2021). Kegiatan pembelajaran yang bersifat konvensional biasanya dilakukan dengan metode berceramah di depan peserta didik, sehingga membuat peserta didik cepat merasa bosan. Hal tersebut mengakibatkan pada tujuan pembelajaran yang tidak berjalan secara optimal. Akibat tujuan pembelajaran yang tidak berjalan secara maksimal membuat peserta didik tidak memenuhi kriteria ketuntasan minimum yang telah ditetapkan sekolah. Hal tersebut sesuai yang dijelaskan oleh Ahra et al. (2022) bahwa tercapainya tujuan pembelajaran tergantung pada proses pembelajaran yang berlangsung dimana guru menguasai beberapa teknik dan metode yang menyenangkan.

Peneliti merumuskan pertanyaan seputar *ice breaking* yaitu “Bagaimanakah pengaruh teknik *ice breaking* terhadap hasil belajar peserta didik?” Permasalahan tersebut dirumuskan peneliti sebab untuk mengetahui artikel yang membahas mengenai *ice breaking* yang dapat mempengaruhi hasil belajar siswa.

2. METODE

Pada penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) untuk mengidentifikasi dan meninjau penelitian pada topik tertentu. *Systematic Literature Review* (SLR) merupakan teknik menguji beberapa hasil kajian penelitian terhadap topik yang diminati (Nasution et al., 2022). Menurut Rohyati & Subekti (2022) penelitian *Systematic Literature Review* dilakukan dengan mengidentifikasi, mengkaji, mengevaluasi dan menarik kesimpulan yang bersumber dari hasil penelitian yang relevan dan dipilih secara sistematis melalui literatur. Teknik ini dilakukan secara

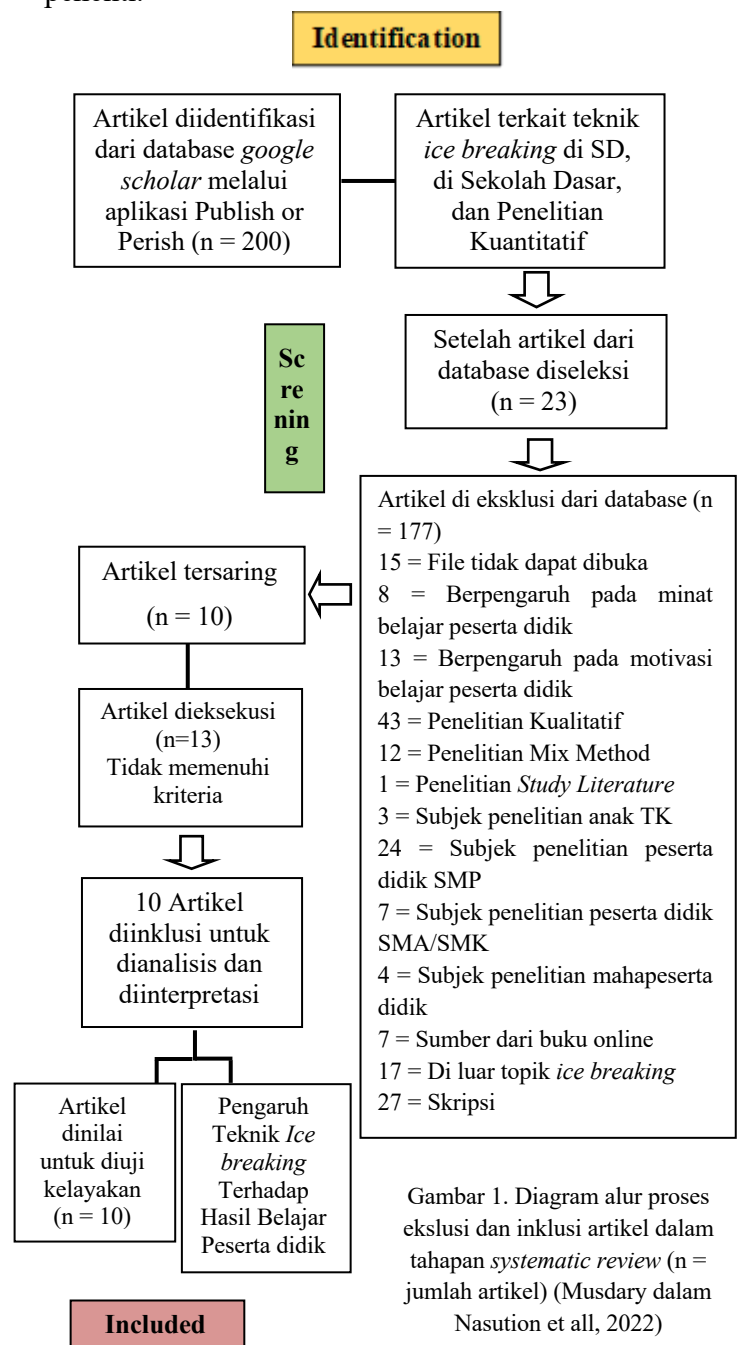
sistematis dan terstruktur, artikel yang telah ditentukan akan ditinjau ulang sesuai dengan topik yang telah diambil dengan memperhatikan kriteria yang telah ditetapkan sebelumnya.

Tujuan menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) adalah mengkaji semua penelitian terkait topik fenomena yang akan diteliti. Metode *Systematic Literature Review* (SLR) pada penelitian berguna untuk mendapat teori mendukung permasalahan yang akan diteliti (Rizaldi et al., 2022). Hal tersebut mengakibatkan pada artikel SLR akan berisi topik yang benar-benar sesuai dan mendukung permasalahan peneliti.

Triandini dalam Khairunnisa et al. (2022) menjelaskan tahapan yang dilakukan dalam penusunan *Systematic Literature Review* (SLR) yaitu dimulai dengan (1) *Research Question* (pertanyaan penelitian), pertanyaan dibuat sesuai dengan topik dan permasalahan yang akan dipilih oleh peneliti. (2) *Search Process* (proses pencarian), setelah menemukan dan memilih topik beserta pertanyaan, selanjutnya mencari jawaban dari pertanyaan yang telah dibuat yaitu dengan mencari sumber-sumber yang relevan sesuai dengan topik yang dipilih. (3) *Inclusion and Exclusion Criteria*, pada tahapan ini terjadi proses screening data yang dilakukan dengan penilaian data sesuai atau tidak untuk dijadikan sebagai artikel SLR. (4) *Quality Assessment*, pada tahap ini data yang telah ditemukan akan dievaluasi mana yang sesuai dan tidak berdasarkan kriteria dan penilaian kualitas yang telah ditentukan. (5) *Data Collecting* (pengumpulan data), pada tahap ini data-data mulai dikumpulkan menjadi satu. (6) *Data Analysis*, pada tahap ini data yang telah terkumpul akan dilakukan analisis guna menyatakan hasil dari pertanyaan penelitian yang telah ditentukan sebelumnya, di sini juga dilakukan penarikan kesimpulan dari artikel yang telah ditemukan.

Langkah pertama yang dilakukan peneliti adalah menentukan tema yang akan dibahas, yaitu “*ice breaking*”, lalu peneliti mencari topik yang berkaitan dengan *ice breaking* yang nantinya akan digunakan sebagai topik penelitian. Sehingga, peneliti merumuskan pertanyaan seputar *ice breaking* yaitu “bagaimanakah pengaruh teknik *ice breaking* terhadap hasil belajar peserta didik?”. Pengumpulan data pada artikel dimulai dengan mencari artikel pada database google scholar melalui aplikasi *Publish or Perish* (PoP). Artikel yang ditemukan sebanyak 200 artikel dengan kata kunci “*Ice breaking* di Sekolah Dasar”, dengan batasan tahun mulai tahun 2017 hingga 2023. Selanjutnya, sebanyak 200 artikel

tersebut diidentifikasi dengan cara menyeleksi satu per-satu sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan, yaitu pembelajaran di SD dan menggunakan teknik kuantitatif. Setelah proses inklusi dan eksklusi, peneliti menemukan sebanyak 23 artikel yang sesuai. Berdasarkan topik yang akan diambil pada penelitian ini, sebanyak 23 artikel yang sesuai tersebut dilakukan proses inklusi dan eksklusi lebih lanjut hingga menemukan artikel yang betul-betul sesuai dengan topik penelitian. Akhirnya, peneliti menemukan 10 artikel yang betul-betul sesuai dengan kriteria yang ditentukan sebelumnya. Pada tahap selanjutnya sebanyak 10 artikel tersebut akan dianalisis dan diinterpretasikan lebih lanjut oleh peneliti.



Berdasarkan diagram alur proses inklusi dan eksklusi artikel dapat disimpulkan bahwa peneliti memperoleh kriteria artikel inklusi sebagai berikut.

Tabel 1. Kriteria Inklusi Artikel SLR

Kategori	Kriteria Inklusi
Jenis Publikasi	Jurnal Artikel Ilmiah
Tahun Terbit	2020 - 2023
Bidang Studi	PKn, Matematika, Tematik, IPA
Jenis Penelitian	Kuantitatif
Subjek Penelitian	Peserta didik dan guru di jenjang SD

3. HASIL dan PEMBAHASAN

Berdasarkan ketentuan kriteria artikel yang telah ditentukan sebelumnya, artikel yang didapat peneliti sebagai data dalam penelitian adalah 10 artikel valid. Artikel berupa jenis penelitian kuantitatif dan subjek penelitiannya adalah peserta didik dan guru yang berada di jenjang SD. Subjek penelitian merupakan peserta didik SD, karena peserta didik yang cepat bosan dalam menerima pelajaran dan kurang bersemangat dalam menerima pelajaran, sehingga menyebabkan hasil belajar yang diperoleh rendah. Guru SD menjadi salah satu subjek penelitian, karena guru masih banyak menerapkan metode ceramah dalam menjelaskan materi pelajaran yang menyebabkan peserta didik cepat bosan dan kurang kreatifnya guru dalam membangun suasana belajar. Penelitian ini akan menganalisis sebanyak 10 artikel terbaru mengenai penggunaan *ice breaking* terhadap hasil belajar peserta didik. Penelitian ini melihat jenis penelitian yang berjenis penelitian kuantitatif yang dilaksanakan pada jenjang SD. Rincian analisis penelitiannya dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Analisis Penelitian Kuantitatif *Ice breaking* Tahun 2017-2023

Kategori Artikel	Kode Artikel	Jumlah Artikel	Persen tase
Eksperi men	A1, A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10	10	100%

Berdasarkan temuan peneliti, penelitian kuantitatif eksperimen banyak digunakan sebagai teknik analisis adanya dampak pada *ice breaking* terhadap perolehan hasil belajar peserta didik selama di SD. Penelitian eksperimen adalah suatu metode yang bertujuan mengidentifikasi hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang

sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi, mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang tidak diperlukan (Wulan, 2021). Penelitian yang menggunakan metode eksperimen ini sudah banyak dilakukan di Indonesia, dikarenakan data yang diperoleh merupakan data yang valid dan benar sesuai keadaan. Penelitian ini adalah salah satu teknik kuantitatif dengan model eksperimen pada topik *ice breaking* yang terlihat pada diagram batang tahun 2020-2023 berikut ini.



Gambar 3. Data Sebaran Penelitian *Ice breaking* di SD Tahun 2020-2023

Berdasarkan sebaran data penelitian pada gambar 3 tersebut, diketahui bahwa penelitian *ice breaking* mengalami peningkatan dari tahun 2020 hingga ke tahun 2022, tetapi pada tahun 2023 data penelitian *ice breaking* menurun. Hal tersebut dikarenakan teknik *ice breaking* sudah mulai diterapkan pada lembaga-lembaga Pendidikan dan sudah mengetahui dampak positif dari penerapan teknik *ice breaking* tersebut. Penerapan teknik *ice breaking* mendukung para guru untuk membuat peserta didiknya lebih fokus dalam menerima materi pembelajaran. Sunarto dalam Fajarudin et al. (2021) mengatakan bahwa macam-macam *teknik ice breaking* meliputi, *game*, bernyanyi, tepuk tangan, cerita atau dongeng, gerak badan, dan berbentuk audio visual.

Tabel 3. Hasil Penelitian Pengaruh Ice breaking Terhadap Hasil Belajar Siswa SD

Peneliti dan Tahun	Jurnal	Hasil Penelitian
(Lestari et al., 2023)	IRJE: Jurnal Ilmu Pendidikan	Hasil penelitian membuktikan perolehan nilai PKN mengalami kenaikan dengan menggunakan <i>ice breaking</i> .
(Jannah et al., 2022)	JUDIKNAS: Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar Indonesia	Hasil penelitian memperlihatkan ada peningkatan nilai matematika siswa sesudah diterapkan model pembelajaran TGT berbantuan <i>Ice breaking</i> .
(Ahra et al., 2022)	Global Journal Basic Education	Penelitian menunjukkan ada pengaruh yang signifikan penggunaan <i>ice breaking</i> terhadap hasil belajar siswa terbukti dengan hasil analisis yang diperoleh.
(Zuhariyah & Fahmi, 2022)	PENDAS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar	Penelitian terbukti bahwa ada pengaruh <i>ice breaking</i> terhadap hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran tematik.
(Liyani & Purbowaseso, 2021)	Jurnal Riset Pendidikan Indonesia	Hasil analisis terbukti bahwa ada perbedaan hasil belajar antara kelas eksperimen dengan metode <i>ice breaking</i> dan kelas kontrol dengan metode konvensional.
(Yanti & Putri, 2020)	CJPE: Cokroaminoto Journal of Primary Education	Hasil penelitian menunjukkan hasil belajar peserta didik setelah penerapan metode <i>ice breaker</i> mengalami peningkatan.

(Fitrianti et al., 2022)	Jurnal Pendidikan dan Konseling	Hasil penelitian menunjukkan terdapat kenaikan hasil belajar siswa dengan penerapan model <i>Every One is a Teacher Here</i> berbantuan <i>Ice breaking</i> .
(Paradita et al., 2021)	INNOVATIVE	Hasil penelitian menunjukkan penggunaan teknik <i>ice breaking</i> memiliki pengaruh pada hasil belajar peserta didik.
(Deswati et al., 2020)	TANGGAP: Jurnal Riset dan Inovasi Pendidikan Dasar	Penelitian menunjukkan bahwa <i>ice breaking</i> dapat meningkatkan hasil belajar.
(Selvia et al., 2021)	JURNAL IKA: Ikatan Alumni PGSD UNARS	Hasil penelitian membuktikan penggunaan teknik <i>ice breaking</i> terdapat pengaruh pada perolehan hasil belajar peserta didik.

Berdasarkan 10 artikel yang telah dianalisis akan diketahui jenis *ice breaking* seperti apakah yang diterapkan dalam meningkatkan hasil belajar siswa yang disajikan dalam tabel berikut:

Peneliti dan Tahun	Jenis Teknik <i>Ice Breaking</i>	Jumlah Artikel
(Lestari et al., 2023), (Jannah et al., 2022)	Senam Otak	2
(Zuhariyah & Fahmi, 2022)	Gerakan Badan	1
(Liyani & Purbowaseso, 2021), (Deswati et al., 2020)	Nyanyian	2
(Ahra et al., 2022), (Yanti & Putri, 2020), (Fitrianti et al., 2022), (Paradita et al., 2021), (Selvia et al., 2021)	Tanpa Keterangan	5

Berdasarkan 10 artikel temuan peneliti terdapat teknik *ice breaking* yang digunakan dalam pembelajaran dengan jenis yang berbeda-beda

diantaranya yakni senam otak, gerakan badan, nyanyian, dan terdapat artikel yang tanpa keterangan sebanyak 5 artikel. Terdapat 2 artikel dengan teknik *ice breaking* jenis senam otak, artikel oleh Lestari et al., (2023) dengan *brain gym* (senam otak) dan jenis humor sedangkan penelitian oleh Jannah et al., (2022) menggunakan teknik *ice breaking* jenis *games*. Penelitian oleh Zuhariyah & Fahmi, (2022) menggunakan jenis teknik *ice breaking* gerakan badan dengan berjabat tangan, memeluk guru, tos, dan mengisyaratkan dengan *emoticon love* pada awal pembelajaran serta menyanyikan lagu cicak-cicak di dinding, balonku ada lima yang huruf vocalnya diganti. Terdapat 2 artikel dengan menggunakan teknik *ice breaking* jenis nyanyian, yakni penelitian oleh Liyani & Purbowaseso, (2021) dengan menggunakan jenis motivasi dan nyanyian dengan action song sedangkan penelitian oleh Deswati et al., (2020) menggunakan jenis lagu yang disesuaikan *vocal*. Pada 5 artikel yang lain dari temuan peneliti tidak disertakan jenis teknik *ice breaking* yang digunakan.

Penerapan teknik *ice breaking* menciptakan suasana belajar yang seru dan menyenangkan, karena terdapat berbagai variasi selama proses pembelajaran yang berguna untuk menyegarkan pikiran peserta didik. Teknik *ice breaking* dilakukan sebagai salah satu upaya agar terhindar dari rasa bosan terhadap kondisi belajar yang monoton. Penerapan *ice breaking* di SD akan mengakibatkan siswa dapat terlibat lebih aktif dan lebih fokus dalam menerima materi pelajaran yang disampaikan guru (Deswanti et al., 2020). Selain itu, adanya penerapan teknik *ice breaking* selama proses pembelajaran juga akan mengakibatkan peserta didik yang akan tertarik perhatiannya untuk menimbulkan pertanyaan terkait materi pelajaran apa yang sedang disampaikan oleh gurunya (Zuhariyah & Fahmi, 2022).

Penerapan teknik *ice breaking* di SD, guru mampu menumbuhkan konsentrasi belajar peserta didik dan melalui hal tersebut guru dapat membuktikan adanya peningkatan hasil belajar peserta didik. Pembelajaran yang diselingi kegiatan penyegaran otak dengan teknik *ice breaking* akan memicu semangat belajar peserta didik. Adanya semangat belajar yang tinggi akan membuat dirinya untuk siap menerima materi pelajaran dari guru, sehingga menyebabkan dirinya mudah memahami penjelasan dari guru. Hal tersebut berakibat pada hasil belajar yang diperolehnya menjadi meningkat dan sesuai dengan harapan. Hal ini menunjukkan jika teknik *ice breaking* merupakan salah satu solusi untuk permasalahan belajar di kelas

dikarenakan suasana kelas yang monoton dan membosankan.

Pada penelitian yang telah dilakukan oleh Lestari et al. (2023) menunjukkan hasil t-hitung $>$ t-tabel atau $9,49 > 2,056$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sementara Jannah et al. (2022) diperoleh hasil rata-rata pretest 42,13 sedangkan saat posttest mendapat nilai rata-rata 74,63 dan nilai signifikansi uji t yang diperoleh adalah $0,000 < 0,05$ sehingga memperoleh kesimpulan jika nilai tersebut dapat membuktikan H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artikel oleh Ahra et al. (2022) menunjukkan bahwa hasil uji *Paired Sampel t-Test* dengan hasil analisis yang diperoleh yaitu t-hitung $(-6,598) <$ t-tabel (1.71387) , Liyani & Purbowaseso (2021) menunjukkan bahwa t-hitung sebesar 2,663 dan pada taraf signifikansi 5% diperoleh hasil t-hitung sebesar 2,002 sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Sementara oleh Yanti & Putri (2020) diperoleh hasil nilai minimum dari 30 menjadi 60 dan nilai maksimum dari 80 menjadi 95, serta nilai rata-rata dari 53,86 menjadi 77,95. Pada penelitian Fitrianti et al. (2022) menunjukkan perolehan uji t pada mata pelajaran matematika menggunakan angket didapatkan nilai sign $0,03 < 0,05$ atau 05 atau t-hitung $>$ t-Tabel di mana t-hitung $6,60 >$ t-Tabel $4,10$ membuktikan H_0 ditolak dan H_a diterima. Paradita et al. (2021) menunjukkan hasil belajar siswa kelas eksperimen sebesar 76,52 sedangkan pada kelas kontrol sebesar 66,13, sementara pada penelitian Deswati et al. (2020) menunjukkan terjadinya peningkatan rata-rata *pre-test* siswa sebesar 65,76 menjadi 78,11 pada nilai rata-rata *post-test* siswa. Sedangkan pada penelitian Selvia et al. (2021) skor post-test kelas eksperimen sebesar 1310 dan kelas kontrol sebesar 1110. Rerata skor kelas eksperimen sebesar 72,78 sedangkan rerata kelas kontrol sebesar 58,42 dan perolehan hasil telaah data membuktikan signifikansi $0,017 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.

Berdasarkan artikel-artikel yang telah ditemukan dan di *review* oleh peneliti menyatakan bahwa *ice breaking* dapat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar peserta didik pada jenjang SD. Hal tersebut diketahui dari hasil pretest dan posttest yang dilakukan pada kelas eksperimen dan kelas kontrol. Pada kelas eksperimen menunjukkan bahwa *ice breaking* memberikan pengaruh terhadap hasil belajar peserta didik, karena di dalamnya diterapkan teknik *ice breaking*. Sementara pada kelas kontrol tidak diberikan teknik *ice breaking*, tetapi dengan melakukan pengulangan penjelasan secara

berkesinambungan. Hasil menunjukkan bahwa pada kelas eksperimen menunjukkan hasil *pretest* dan *posttest* diperoleh hasil yang sangat signifikan daripada kelas kontrol. Dengan demikian, teknik *ice breaking* merupakan salah satu teknik yang dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik di kelas, teknik *ice breaking* dilakukan ketika siswa bosan dan lelah dalam menerima pelajaran.

4. KESIMPULAN dan SARAN

Kesimpulan dari artikel-artikel yang telah di review oleh peneliti menunjukkan bahwa dari tahun ke tahun banyak yang telah menerapkan teknik *ice breaking* selama pembelajaran di kelas. Adanya teknik *ice breaking* tersebut juga membuktikan bahwa peserta didik ketika dirinya sudah lelah dan bosan terhadap pelajaran akan tidak fokus untuk mendengarkan gurunya. Hal tersebut berakibat pada hasil belajarnya yang mengalami penurunan, sehingga diperlukan sebuah tindakan agar peserta didik bisa menerima kembali pelajaran dengan baik. Peneliti memperoleh hasil bahwa ketika teknik *ice breaking* telah diterapkan selama pembelajaran akan meningkatkan konsentrasi peserta didik. Hal tersebut mengakibatkan pada hasil belajar peserta didik yang akan meningkat.

Hendaknya teknik *ice breaking* bisa dilaksanakan pada saat pelajaran berlangsung agar siswa tidak bosan dalam menerima pelajaran dan menjadi kesenangan sendiri baginya agar tidak jenuh. Peserta didik yang terlalu lama duduk akan bosan dan hanya mendengarkan guru menjelaskan, peserta didik akan cepat bosan dan lebih tidak memperhatikan pelajaran. Hal tersebut mengakibatkan tidak fokus dan hasil belajarnya rendah. Adanya teknik *ice breaking* diperlukan siswa untuk memecah ketegangan pada otak siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Ahra, N. F., Nurdin, M., & Sudirman. (2022). Pengaruh Penggunaan Ice Breaking Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas V UPT SD INPRES 12/79 Lonrae Kecamatan Tanete Riattang Timur Kabupaten Bone. *Global Journal Basic Education*, 1(3), 183–192.

Arfani, L. (2016). Mengurai Hakikat Pendidikan, Belajar dan Pembelajaran. *Jurnal PPKn & Hukum*, 11(2), 81–97.

Bailah, B. ., & Bambang Niko Pasla. (2020). Basic Training Group III Patterns in the Network (Online): Perceptions of Participant Satisfaction and Learning Outcomes. *Jurnal Prajaiswara*, 1(2), 125–139.

<https://doi.org/10.55351/prajaiswara.v1i2.10>

Deswanti, I. A. P., Santosa, A. B., & William, N. (2020). Pengaruh Ice Breaking Terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar Pada Pembelajaran Tematik. *TANGGAP: Jurnal Riset Dan Inovasi Pendidikan Dasar*, 1(1), 20–28.

Deswati, I. A. P., Santosa, A. B., & William, N. (2020). Pengaruh Ice Breaking terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar Pada Pembelajaran Tematik. *TANGGAP: Jurnal Riset Dan Inovasi Pendidikan Dasar*, 1(1), 21–29.

Fajarudin, A. A., Samsudi, A., & Lailatul Mas'adah, N. (2021). Teknik Ice Breaking sebagai Penunjang Semangat dan Konsentrasi Siswa Kelas 1 MI Nurul Islam Jatirejo. *IDAROTUNA: Journal of Administrative Science*, 2(2), 147–176.

Fitrianti, I., Sulastri, A., Muspita, Z., & Saruruddin, M. (2022). Pengaruh Model Pembelajaran Eth (Everyone Is a Teacher Here) dengan bantuan Ice Breaking Untuk Meningkatkan Minat dan Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas 4 MI Husnul Abror. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 1349–1358.

Jannah, M., Husniati, A., & Sirajuddin. (2022). Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Teams Games Tournament (TGT) Berbantuan Ice Breaking Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Sekolah Dasar. *JUDIKNAS: Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar Indonesia*, 1(2), 89–98.

Khairunnisa, A., Gozali, S. M., & Juandi, D. (2022). Systematic Literature Review: Kemampuan Pemahaman Matematis Siswa dalam Menyelesaikan Masalah Matematika. *Jurnal Cendekia: Jurnal*

- Pendidikan Matematika, 06(02), 1846–1856.
- Lestari, D., Junaidi, I. A., & Adrianus, D. (2023a). Pengaruh Teknik Pembelajaran Ice Breaking Terhadap Hasil Belajar Pkn Pada Kelas 5 Di Negeri 14 Rambang. IRJE: Jurnal Ilmu Pendidikan, 3(1), 30–35.
- Lestari, D., Junaidi, I. A., & Adrianus, D. (2023). Pengaruh Teknik Pembelajaran Ice Breaking Terhadap Hasil Belajar Pkn Pada Kelas 5 Di Negeri 14 Rambang. IRJE: Jurnal Ilmu Pendidikan, 3(1), 30–35.
- Liyani, I., & Purbowaseso, H. (2021). Pengaruh Metode Ice Breaking Berbantuan Musik Terhadap Hasil Belajar Mata Pelajaran Matematika. Jurnal Riset Pendidikan Indonesia, 1(1), 21–28.
- Nasution, M. R., Rodiyah, S., Hutabarat, H., Sabila, S., & Nasution, W. A. (2022). Systematic Literatur Review: Media Pembelajaran Berbasis Web Pada Mata Pelajaran Biologi. Bioedukasi (Jurnal Pendidikan Biologi), 13(2), 237.
- Pane, A., & Darwis Dasopang, M. (2017). Belajar Dan Pembelajaran. FITRAH: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman, 3(2), 333.
- Paradita, Ulva, R., & Handayani, F. (2021). Pengaruh Teknik Ice Breaking Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas IV SD 101/II Muara Bungo Kabupaten Bungo. INNOVATIVE, 1(2), 36–40.
- Putri, F. E., Amelia, F., & Gusmania, Y. (2019). Hubungan Antara Gaya Belajar dan Keaktifan Belajar Matematika Terhadap Hasil Belajar Siswa. EDUMATIKA: Jurnal Riset Pendidikan Matematika, 2(November), 83–88.
- Rizaldi, D. F., Abdillah, J., Naufal, M., Yaqin, M. A., & Fauzan, A. C. (2022). Survei Pengukuran Fleksibilitas Software Menggunakan Metode Systematic Literature Review. ILKOMNIKA: Journal of Computer Science and Applied Informatics, 4(1), 53–66.
- Rohyati, & Subekti, F. E. (2022). Systematic Literature Review: Pengembangan Breaking Terhadap Hasil Belajar PKN Pada Kelas 5 Di Negeri 14 Rambang. IRJEN: Jurnal Ilmu Pendidikan, 3(1), 30–35.
- Kemampuan Pemecahan Masalah Melalui Pembelajaran Inovatif. JPMI: Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif, 5(4), 941–950.
- Selvia, M., Handayani, F., & Ratnawati. (2021). Pengaruh Ice Breaking Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik Pada Pembelajaran Tema 8 Subtema 2 Kelas II Sekolah Dasar. JOURNAL IKA: Ikatan Alumni PGSD UNHAS, 10(2), 122–132.
- Wulan, E. P. S. (2021). Strategi Pembelajaran Ekspositori Terhadap Kemampuan Menulis Karangan Narasi. Jurnal Ilmu Pendidikan, 2(1), 49–53.
- Yanti, R., & Putri, D. N. (2020). Penerapan Ice Breaker dan Pengaruhnya Terhadap Hasil Belajar Tematik pada Tema 8 Peserta Didik Kelas IV SDN 15 Salolo Kota Palopo. CJPE: Cokroaminoto Journal of Primary Education, 3, 128–132.
- Yestiani, D. K., & Zahwa, N. (2020). Peran Guru Dalam Pembelajaran. Fondatia: Jurnal Pendidikan Dasar, 4(1), 41–47.
- Zuhariyah, Z., & Fahmi, I. (2022b). Pengaruh Ice Breaking Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik Kelas II Di SD Negeri Pusakajaya Utara I Kabupaten Karawang. PENDAS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, VII(01), 25–38.