

PELATIHAN *ICE BREAKING* PADA GURU SD TUNAS PELITA BINJAI UNTUK PENINGKATAN HASIL BELAJAR SISWA

Risky Erillia

STKIP AL Maksum Langkat, Stabat, Indonesia
riskyerillia6@gmail.com

ABSTRAK

Pelatihan *ice breaking* kepada guru memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah dasar. Tujuan kegiatan ini adalah untuk membekali guru-guru SD Tunas Pelita dengan keterampilan dalam menerapkan *ice breaking* yang efektif guna menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, dan mendorong partisipasi aktif siswa. Kegiatan dilaksanakan pada Kamis, 13 November 2025, dengan peserta sebanyak 20 guru. Metode pelaksanaan meliputi ceramah interaktif, diskusi kelompok, serta simulasi praktik *ice breaking* dalam situasi kelas. Pelatihan dibagi dalam tiga tahap: persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa guru menjadi lebih percaya diri, dan kreatif dalam mengelola kelas, serta mampu menciptakan suasana yang kondusif sejak awal pembelajaran. Evaluasi melalui kuesioner menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terhadap konsep, dan teknik *ice breaking*. Dengan demikian, pelatihan ini memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan hasil belajar siswa melalui peningkatan motivasi, dan keterlibatan mereka di kelas.

Kata Kunci: Pelatihan Guru, *Ice Breaking*, Hasil Belajar.

ABSTRACT

Ice breaking training for teachers plays a crucial role in improving the quality of learning in elementary schools. The objective of this activity was to equip teachers at Tunas Pelita Elementary School with the skills to implement effective ice-breaking to create a pleasant learning atmosphere and encourage active student participation. The activity was held on Thursday, Nov 13, 2025, with 20 teachers participating. The implementation method included interactive lectures, group discussions, and simulations of ice-breaking practices in classroom situations. The training was divided into three stages: preparation, implementation, and evaluation. The results of the activity showed that teachers became more confident and creative in managing the classroom, and were able to create a conducive atmosphere from the beginning of the lesson. Evaluation through a questionnaire showed an increase in participants' understanding of the concept and techniques of ice-breaking.

Thus, this training made a real contribution to improving student learning outcomes by increasing their motivation and engagement in class.

Keywords: *Teacher Training, Ice Breaking, Learning Outcomes.*

I. PENDAHULUAN

Pembelajaran yang efektif tidak hanya bergantung pada kecanggihan metode, atau kelengkapan materi ajar, tetapi juga sangat ditentukan oleh suasana psikologis yang tercipta sejak awal kegiatan pembelajaran dimulai. Satu dari beberapa strategi yang dapat menciptakan suasana awal pembelajaran yang menyenangkan, dan menumbuhkan semangat belajar adalah penggunaan *ice breaking*. *Ice breaking* sangat penting, khususnya pada jenjang sekolah dasar karena anak-anak di usia tersebut memiliki tingkat konsentrasi, motivasi belajar yang sangat dipengaruhi oleh suasana, dan pendekatan guru dalam membuka pelajaran.

Supriyadi (2021) menyatakan, “*Ice breaking* adalah aktivitas pemecah suasana yang dirancang untuk mencairkan ketegangan, memperlambat kedekatan emosional antara guru, dan siswa, serta membangun kesiapan mental siswa dalam menerima pelajaran”. Aktivitas ini dapat berupa permainan, nyanyian, tepuk tangan kreatif, cerita lucu, atau aktivitas fisik ringan. Ketika siswa merasa nyaman, maka secara emosional mereka akan lebih mudah menyerap materi pelajaran. Sejalan dengan itu, Yanti, dan Maulana (2023) menekankan, “*Ice breaking* tidak hanya berfungsi untuk menghibur, tetapi juga sebagai sarana stimulasi kognitif awal yang sangat penting untuk menciptakan keterlibatan (*engagement*) siswa sejak menit pertama pelajaran dimulai”. Keterlibatan siswa sejak awal sangat mempengaruhi jalannya proses pembelajaran secara keseluruhan.

Di sisi lain, Nugroho (2024) menyatakan, “Kurangnya variasi strategi pembuka dalam pembelajaran, terutama di tingkat sekolah dasar, berdampak pada rendahnya partisipasi siswa dan lemahnya konsentrasi belajar”. *Ice breaking* merupakan cara sederhana namun efektif untuk membangkitkan antusiasme siswa, mengaktifkan kerja otak kanan, serta merangsang keaktifan motorik emosional anak. Lebih lanjut, Rizaldi (2022) berpendapat, “*Ice breaking* merupakan bagian dari pendekatan pembelajaran yang berorientasi pada humanisme, yang menjadikan kelas sebagai ruang yang ramah psikologis”. Menurutnya, pembelajaran yang bermakna hanya dapat tercapai jika peserta didik merasa aman, diperhatikan, dan senang berada di dalam kelas.

Wulandari (2023), juga mengemukakan, “*Ice breaking* menjadi jembatan penting antara kehidupan siswa di luar kelas, dan dunia belajar”. Ia membantu siswa melakukan transisi dari aktivitas bebas ke aktivitas akademik, tanpa merasa tertekan. Inilah sebabnya, guru perlu memiliki kreativitas dalam memilih bentuk *ice breaking* yang sesuai konteks, dan karakter siswanya. Menurut Sihombing (2025), “*Ice breaking* efektif dalam memperbaiki dinamika kelompok dalam kelas. Dengan suasana yang lebih cair dan akrab, siswa lebih mudah bekerja sama dan tidak ragu untuk bertanya atau mengemukakan pendapat”. Hal ini tentu berkontribusi pada peningkatan hasil belajar, khususnya dalam mata pelajaran yang membutuhkan interaksi tinggi. Fauziah, dan Rinaldi (2021) menyatakan, “Guru yang mampu menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan melalui *ice*

breaking menunjukkan peningkatan signifikan dalam motivasi belajar siswa, termasuk dalam aspek kedisiplinan, kehadiran, dan partisipasi aktif”.

Berdasarkan realitas tersebut, kegiatan pelatihan *ice breaking* ini dilaksanakan di SD Tunas Pelita, yaitu sebuah sekolah dasar swasta di Binjai sebagai bentuk kontribusi nyata dalam peningkatan kualitas pembelajaran. Berdasarkan observasi awal, diketahui bahwa sebagian besar guru masih menggunakan metode konvensional, dan belum optimal dalam membuka pembelajaran dengan teknik yang menarik. Hal ini berdampak pada rendahnya antusiasme, dan konsentrasi siswa, terutama pada pembelajaran awal.

Kegiatan pelatihan ini bertujuan untuk membekali para guru dengan pemahaman mendalam, dan keterampilan praktis mengenai *ice breaking* agar mampu menciptakan suasana kelas yang lebih menyenangkan, interaktif, dan berpusat pada siswa. Selain itu, pelatihan juga sejalan dengan prinsip kurikulum merdeka yang mendorong pembelajaran berdiferensiasi, dan berpihak pada kebutuhan siswa secara psikologis maupun akademis (berpengaruh terhadap hasil belajar).

II. METODE

Kegiatan pelatihan *ice breaking* dilaksanakan pada tanggal 25 November 2025, di SD Tunas Pelita, dengan melibatkan 20 guru dari berbagai jenjang kelas. Kegiatan ini mengadopsi pendekatan partisipatif, dan edukatif, dengan tujuan membekali guru dengan pengetahuan, dan keterampilan praktis dalam menerapkan *ice breaking* untuk meningkatkan suasana pembelajaran yang menyenangkan. Tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, tim pelaksana melakukan observasi, dan koordinasi dengan pihak sekolah untuk mengetahui kebutuhan guru, dan menyusun materi pelatihan. Modul yang disusun mencakup teori dasar *ice breaking*, jenis-jenis aktivitas yang sesuai dengan usia siswa, serta lembar praktik. Tahap pelaksanaan dilakukan melalui penyampaian materi secara interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi langsung. Guru diberi kesempatan merancang, dan mempraktikkan *ice breaking* yang kontekstual sesuai mata pelajaran masing-masing.

Tahap evaluasi dilakukan dengan menyebarkan kuesioner, dan melakukan wawancara singkat untuk mengetahui respon peserta terhadap isi, metode, dan manfaat kegiatan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pelatihan ini meningkatkan pemahaman, dan kepercayaan diri guru dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan partisipatif di kelas. Metode yang digunakan dalam sosialisasi ini meliputi ceramah, praktik langsung, dan diskusi kelompok. Tahapan pelaksanaan kegiatan terdiri atas : (a) tahapan persiapan, (b) tahapan pelaksanaan, dan (c) tahapan evaluasi.

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pelatihan *ice breaking* yang dilaksanakan di SD Tunas Pelita berjalan dengan lancar, dan mendapat antusiasme tinggi dari para peserta. 20 guru yang mengikuti kegiatan, hampir seluruhnya aktif terlibat dalam diskusi, dan praktik langsung. Kegiatan diawali dengan penyampaian materi mengenai pemahaman *ice breaking* dalam pembelajaran yang menyenangkan dan dapat menjadi sebuah kunci keberhasilan pada proses pendidikan. Peserta diberikan berbagai contoh aktivitas

ice breaking, mulai dari yang bersifat gerak fisik, verbal, hingga permainan sederhana yang dapat disesuaikan dengan tema pelajaran.

Adapun tahapan sosialisasi ini mencakup tiga tahapan utama, yaitu :

a. Tahap Persiapan

Tahapan ini diawali dengan observasi, dan komunikasi awal dengan kepala sekolah serta beberapa guru kelas. Hasil observasi menunjukkan bahwa mayoritas guru belum terbiasa menggunakan teknik *ice breaking* dalam kegiatan belajar-mengajar. Berdasarkan hasil ini, tim pelaksana menyusun modul pelatihan yang mencakup teori dasar *ice breaking*, contoh-contoh aktivitas sesuai jenjang usia siswa SD, dan lembar kerja untuk praktik kelompok. Selain itu, segala kebutuhan teknis seperti tempat, konsumsi, proyektor, dokumentasi, dan keperluan administrasi dipersiapkan secara matang.

b. Tahap Pelaksanaan

Pelatihan dilaksanakan pada tanggal 25 November 2025, di aula SD Tunas Pelita Binjai, dan diikuti oleh 20 orang guru. Kegiatan dimulai pada pukul 08.00 WIB, dan berakhir pada pukul 15.30 WIB. Acara dibuka oleh kepala sekolah, dilanjutkan dengan penyampaian materi inti oleh narasumber, dan sesi praktik yang dilakukan secara kelompok. Kegiatan ini dirancang agar peserta tidak hanya mendengarkan materi, tetapi juga terlibat aktif dalam diskusi, dan simulasi *ice breaking*.

Berikut adalah jadwal pelaksanaan kegiatan pelatihan :

Tabel 1. Kegiatan Sosialisasi

Waktu	Kegiatan
08.00 – 08.30 WIB	Registrasi, dan Penyambutan Peserta
08.30 – 09.00 WIB	Pembukaan, dan Sambutan Kepala Sekolah
09.00 – 10.00 WIB	Penyampaian Materi: Konsep <i>Ice Breaking</i>
10.00 – 12.00 WIB	Praktik <i>Ice Breaking</i> (Simulasi Individu/Kelompok)
12.00 – 13.30 WIB	Isoma (Istirahat, Salat, Makan)
13.30 – 14.30 WIB	Diskusi, dan Refleksi Pengalaman Praktik
14.30 – 15.00 WIB	Evaluasi, dan Pengisian Kuesioner
15.00 – 15.30 WIB	Penutup, dan Dokumentasi Kegiatan

Kegiatan berjalan interaktif, dan penuh antusiasme. Peserta menunjukkan kreativitas tinggi saat menyusun, dan mempraktikkan *ice breaking*, mulai dari permainan edukatif, tepuk semangat, hingga nyanyian pendek yang relevan dengan materi pelajaran. Narasumber memberikan arahan, dan masukan terhadap praktik yang ditampilkan, yang kemudian didiskusikan secara terbuka oleh peserta.



Gambar 1. Narasumber Memberikan Simulasi *Ice Breaking*

Foto ini memperlihatkan suasana saat narasumber menyampaikan materi pelatihan kepada para guru (peserta). Materi difokuskan pada konsep dasar *ice breaking*, jenis-jenis kegiatan yang dapat diterapkan, serta strategi penerapan di kelas. Peserta terlihat antusias, menyimak dengan seksama, serta mencatat poin-poin penting untuk diaplikasikan dalam praktik pembelajaran mereka.



Gambar 2. Peserta Melakukan Simulasi *Ice Breaking*

Foto tersebut menunjukkan suasana ketika para peserta (guru-guru SD Tunas Pelita Binjai) melakukan praktik *ice breaking* secara berkelompok. Pada sesi praktik, guru dibagi ke dalam kelompok kecil untuk merancang, dan mendemonstrasikan *ice breaking* sesuai dengan jenjang kelas yang mereka ajar. Hasil praktik menunjukkan bahwa guru memiliki kreativitas yang tinggi dalam menciptakan aktivitas yang tidak hanya menyenangkan, tetapi juga relevan secara pedagogis. Masing-masing kelompok, menciptakan *ice breaking* berbasis gerak, menggunakan musik, atau lagu dengan tema yang bebas, disesuaikan dengan materi di SD.

Aktivitas ini dilakukan setelah pemaparan materi, yaitu masing-masing kelompok mendemonstrasikan *ice breaking* yang telah mereka rancang. Kegiatan dipandu oleh fasilitator, sementara guru-guru tampak antusias mengikuti gerakan

dari video pemateri yang ditampilkan melalui proyektor. Suasana ruangan terlihat aktif, cair, menyenangkan, dan mencerminkan keberhasilan pada kegiatan dalam menciptakan pelatihan yang partisipatif.

c. Tahap Evaluasi

Berdasarkan hasil evaluasi yang diperoleh melalui kuesioner, sebanyak 93% peserta menyatakan bahwa pelatihan sangat bermanfaat, terutama dalam memberikan ide-ide baru untuk menciptakan suasana kelas yang lebih hidup. Guru juga menyatakan menjadi lebih percaya diri dalam membuka pelajaran dan melihat respons positif dari siswa di kelas. Sebagian besar peserta mengungkapkan bahwa setelah pelatihan, mereka langsung mencoba menerapkan *ice breaking* di kelas masing-masing, dan hasilnya menggembirakan. Siswa/siswi tampak lebih fokus, ceria, dan berani berpendapat. Sebanyak 93% peserta menyatakan sangat puas, dan menyampaikan rencana untuk segera menerapkan *ice breaking* dalam proses pembelajaran di kelas masing-masing.

IV. SIMPULAN

Kegiatan pelatihan *ice breaking* yang dilaksanakan di SD Tunas Pelita memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, dan keterampilan guru dalam menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan, interaktif, dan partisipatif. Melalui tiga tahapan kegiatan, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Guru tidak hanya memperoleh pemahaman teoretis mengenai konsep, dan manfaat *ice breaking*, tetapi juga mendapat pengalaman langsung dalam merancang, dan mempraktikkannya di kelas. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta merasa lebih percaya diri untuk membuka pelajaran dengan aktivitas *ice breaking*, dan merasakan perubahan positif pada respon siswa. *Ice breaking* terbukti mampu membangun kedekatan emosional antara guru, dan siswa, menumbuhkan semangat belajar, serta meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Kegiatan ini juga memberikan ruang bagi guru untuk berkreasi, berinovasi, dan saling bertukar pengalaman dalam pengelolaan kelas.

Secara umum, pelatihan ini menjadi langkah strategis dalam mendukung implementasi kurikulum merdeka, yang menekankan pembelajaran berdiferensiasi, dan berpusat pada kebutuhan siswa. Pelatihan ini layak untuk direplikasi pada satuan pendidikan lainnya sebagai bentuk penguatan kapasitas guru dalam menciptakan pembelajaran yang humanis, dan inspiratif.

DAFTAR PUSTAKA

- Fauziah, N., & Rinaldi, M. (2021). Pengaruh Ice Breaking Terhadap Motivasi dan Kedisiplinan Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 6(2), 145–153.
- Nugroho, A. (2024). Ice Breaking dan Pembelajaran Aktif: Upaya Menumbuhkan Antusiasme Belajar Siswa SD. *Jurnal Ilmu Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(1), 88–95.
- Rizaldi, H. (2022). Humanisasi Kelas Melalui Ice Breaking: Perspektif Pembelajaran Emosional. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 7(2), 201–210.



- Sihombing, T. M. (2025). Dinamika Kelas dan Efektivitas Ice Breaking dalam Pembelajaran Kolaboratif. *Jurnal Pendidikan Humaniora*, 10(1), 55–66.
- Supriyadi, A. (2021). Ice Breaking sebagai Metode Pembuka Pembelajaran yang Efektif. *Jurnal Psikologi Edukatif*, 5(1), 88–96.
- Wulandari, L. (2023). Transisi Psikologis Siswa Melalui Ice Breaking dalam Pembelajaran Tematik SD. *Jurnal Kajian Pendidikan Dasar*, 8(3), 212–220.
- Yanti, L., & Maulana, T. (2023). Meningkatkan Minat Belajar Melalui Kegiatan Ice Breaking di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar*, 12(1), 33–41.