JCRD: Journal of Citizen Research and Development
E-ISSN: 3048-2941 P-ISSN: 3048-2933
Vol. 3 No. 1 Mei 2026

Pengaruh Ice Breaking Terhadap Kosentrasi Belajar Anak Usia 4-5 Tahun di PAUD Ar-Rahman Desa Tanah Bekali Kabupaten Kuantan Singingi

Mardiyah[1] Herwina[2] Nopa Wilyanita[3]
Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Institut Pendidikan dan Teknologi 'Aisyiyah Riau, Pekanbaru, Riau, Indonesia[1,2,3]
Email: tanahbekali333@gmail.com[1] wina2@gmail.com[2]

Abstrak

Konsentrasi adalah pemusatan pikiran pada suatu hal dengan cara menyampingkan hal-hal yang tidak berhubungan Konsentrasi yang baik sangat penting dalam proses pembelajaran karena memungkinkan anak didik untuk menyerap informasi dengan lebih efektif dan mengingat informasi tersebut lebih lama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh ice breaking terhadap konsentrasi belajar anak usia 4–5 tahun di PAUD Ar-Rahman Desa Tanah Bekali Kabupaten Kuantan Singingi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian quasi eksperimen dan desain nonequivalent control group design. Sampel penelitian berjumlah 20 anak yang terdiri dari 10 anak kelas eksperimen dan 10 anak kelas kontrol. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan angket. Analisis data dilakukan melalui uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis menggunakan uji t dengan bantuan SPSS 16.00. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor konsentrasi belajar anak pada kelas eksperimen meningkat dari 34,5 (pre-test) menjadi 52,8 (post-test). Sedangkan pada kelas kontrol meningkat dari 25,4 menjadi 42,5. Hasil uji t menunjukkan nilai signifikansi $p < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kelas eksperimen dan kelas kontrol. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ice breaking berpengaruh signifikan terhadap peningkatan konsentrasi belajar anak usia 4–5 tahun di PAUD Ar-Rahman Desa Tanah Bekali Kabupaten Kuantan Singingi.

Kata Kunci: Ice Breaking, Konsentrasi Belajar, Anak Usia Dini

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Konsentrasi adalah pemusatan pikiran pada suatu hal dengan cara menyampingkan hal-hal yang tidak berhubungan. Konsentrasi belajar memiliki peran yang sangat penting dalam proses pembelajaran dan menjadi salah satu tolak ukur dalam proses pemahaman siswa yang merupakan bagian penting dari indikator keberhasilan proses pembelajaran. Menurut Hendrata, konsentrasi ialah sumber kekuatan pikiran dan bekerja berdasarkan daya ingat dalam waktu bersamaan. Apabila konsentrasi seseorang mulai lemah, maka akan cenderung mudah melupakan suatu hal dan sebaliknya apabila konsentrasi masih cukup kuat akan dapat mengingat dalam waktu lama (Intan Permata Sari,2023) Konsentrasi yang baik sangat penting dalam proses pembelajaran karena memungkinkan anak didik untuk menyerap informasi dengan lebih efektif dan mengingat informasi tersebut lebih lama. Ketika anak didik memiliki konsentrasi belajar, maka materi pelajaran lebih mudah dipahami oleh anak didik. Belajar yang tidak disertai dengan konsentrasi akan menimbulkan problema atau kesulitan dan membuat proses pembelajaran tidak dapat berjalan dengan maksimal. Konsentrasi menjadi modal utama bagi siswa dalam menerima materi ajar serta menjadi indikator suksesnya pelaksanaan pembelajaran. Oleh karena itu seorang guru harus bisa membangkitkan konsentrasi belajar siswa terhadap materi pelajaran yang diajarkan. Diana 2019)

Konsentrasi belajar siswa dapat dilihat dari ciri-ciri yang menunjukkan seberapa besar konsentrasi seseorang dalam suatu pembelajaran tertentu. Ciriciri seseorang anak didik yang tidak konsentrasi dalam belajar antara lain yaitu sering bosan terhadap suatu hal, selalu

berpindah tempat, tidak mendengarkan ketika diajak berbicara, mengalihkan pembicaraan, sering mengobrol, dan mengganggu teman lainnya. Sedangkan ciri-ciri siswa yang konsentrasi dalam belajar menurut Abin Syamsudin dapat diamati dari berbagai perilaku seperti fokus pandangan, perhatian, sambutan lisan, mampu menjawab (Riinawati,2021) Tujuan ice breaking adalah memecah kebekuan suasana agar proses pelatihan atau pembelajaran menjadi lebih efektif sehingga konsentrasi anak didik menjadi terfokus kembali. Selain itu Marzatifa dan Agustina menyatakan bahwa ice breaking dapat mempengaruhi kosentrasi belajar anak didik , meningkatkan daya serap anak, menumbuhkan minat belajar anak didik, meningkatkan hasil belajar dan konsentrasi anak didik dalam proses pembelajaran. Ice breaking dapat memberikan penyegaran otak. Ice breaking dapat menjadikan anak didik semangat kembali pada saat proses pembelajaran sedang berlangsung.(Erwin Firdaus,2017) Ice Breaking dalam pembelajaran dapat dilakukan pada awal, inti, maupun akhir proses pembelajaran. Ice breaking yang diberikan juga harus disesuaikan dengan materi yang akan dipelajari oleh anak didik dan membuat kelas menjadi kondusif. Terdapat 9 jenis ice breaking untuk membangkitkan konsentrasi anak didik yaitu jenis yel-yel, tepuk tangan, lagu, gerak badan. (Hanim Aulia Maghfirot, 2023)

Saat melakukan observasi terdapat dari 10 anak ada 4 anak yang masih mengobrol pada saat pembelajaran berlangsung, Masih terdapat 2 dari 10 anak didik yang tidak memperhatikan guru saat menerangkan pelajaran, Masih terdapat 3 anak didik yang mengganggu temannya saat proses pembelajaran berlangsung,Terdapat 2 dari 10 anak didik yang berpindah tempat duduk saat proses pembelajaran berlangsung. Berdasarkan Latar Belakang Masalah Tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh ice breaking terhadap konsentrasi belajar Anak Usia 4-5 Tahun di Paud Ar-Rahman Desa Tanah Bekali Kabupaten Kuantan Singingi dan mengetahui seberapa besar pengaruh dari ice breaking terhadap konsentrasi belajar Anak Usia 4-5 Tahun di Paud Ar-Rahman Desa Tanah Bekali Kabupaten Kuantan Singingi. Maka judul Penulis Tertarik Untuk melakukan Penelitian Yang Berjudul Pengaruh Ice Breaking Terhadap Kosentrasi Belajar Anak Usia 4-5 Tahun di Paud Ar-Rahman Desa Tanah Bekali Kabupaten Kuantan Singingi.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini yang digunakan adalah jenis penelitian kuantitaf. Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen. Penelitian ini merupakan suatu penelitian eksperimen semu, karena peneliti tidak dapat sepenuhnya mengontrol variable-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen.(Endang Mulyatiningsih,2014). Sedangkan desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah nonequivalent control group design. Penelitian quasi eksperimen dipilih karena penulis ingin menerapkan suatu tindakan atau perlakuan. Perlakuan yang dimaksud yaitu kegiatan ice breaking. Hal ini untuk mengetahui pengaruh percobaan atau perlakuan penggunaan ice breaking terhadap konsentrasi belajar siswa.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Perbandingan Skor Anak Kelompok Eksperiman Dan Kelompok Kontrol

Pre-test		*Post-test*	
Eksperimen	Kontrol	Ekperimen	Kontrol
34.5	25.4	52.8	42.5

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa kelas eksperimen mengalami peningkatan skor dari 34.5 (pre-test) menjadi 52.8 (post-test) yaitu peningkatan sebesar 18.3, sedangkan kelas kontrol dari 25.4 menjadi 42.5 dengan peningkatan sebesar

17.1.Berdasarkan hasil refleksi Siklus I dan II yang telah dilakukan oleh peneliti, maka terjadi perubahan peningkatan kemampuan kognitif yang terlihat selama penelitian dengan mudah dilihat pada diagram di bawah ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh ice breaking terhadap konsentrasi belajar anak usia 4–5 tahun di PAUD Ar-Rahman Desa Tanah Bekali Kabupaten Kuantan Singingi. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh data bahwa terdapat peningkatan konsentrasi belajar anak pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan berupa kegiatan ice breaking.

1. Perbedaan Konsentrasi Belajar Sebelum dan Sesudah Perlakuan. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, rata-rata skor konsentrasi belajar anak pada kelas eksperimen meningkat dari 34,5 menjadi 52,8 dengan peningkatan sebesar 18,3 poin. Sedangkan pada kelas kontrol meningkat dari 25,4 menjadi 42,5 dengan peningkatan sebesar 17,1 poin. Walaupun kedua kelompok mengalami peningkatan, hasil uji statistik menunjukkan nilai $p < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dengan demikian, hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nol (Ho) ditolak. Artinya, terdapat pengaruh ice breaking terhadap konsentrasi belajar anak usia 4–5 tahun di PAUD Ar-Rahman. Peningkatan yang lebih optimal pada kelas eksperimen menunjukkan bahwa pemberian ice breaking secara terstruktur mampu membantu anak memusatkan perhatian meningkatkan kesiapan belajar, serta mengurangi kejenuhan selama proses pembelajaran berlangsung.
2. Pengaruh Ice Breaking terhadap Aspek Konsentrasi. Berdasarkan indikator observasi, peningkatan konsentrasi terlihat pada beberapa aspek berikut:
   a. Aspek Kognitif. Anak lebih mampu memperhatikan penjelasan guru, mengikuti arahan, serta mengingat langkah kegiatan setelah diberikan ice breaking. Hal ini sejalan dengan pendapat Dimyati (2013) bahwa konsentrasi merupakan kemampuan memusatkan perhatian terhadap isi pembelajaran maupun proses memperolehnya. Ice breaking yang berupa lagu, tepuk fokus, dan gerak badan membantu mengaktifkan kembali perhatian anak yang sebelumnya mulai menurun. Penelitian oleh Wira Maqrisa (2024) menunjukkan bahwa ice breaking berupa permainan sederhana dan aktivitas kolaboratif efektif meningkatkan fokus dan kesiapan belajar anak PAUD. Selain itu, penelitian Fauziah & Hartati (2020) dalam Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini menyatakan bahwa kegiatan pembelajaran yang diselingi aktivitas menyenangkan dapat meningkatkan perhatian dan daya ingat anak usia dini secara signifikan.
   b. Aspek Afektif. Pada aspek afektif, anak menunjukkan peningkatan antusiasme, rasa senang, serta kepercayaan diri dalam mengikuti pembelajaran. Ice breaking menciptakan suasana kelas yang lebih santai dan menyenangkan sehingga anak tidak merasa tertekan. Hal ini didukung oleh penelitian Mar'atul & Agustina (2019) yang menyatakan bahwa ice breaking mampu meningkatkan motivasi belajar dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Menurut Isjoni (2014), suasana belajar yang menyenangkan akan meningkatkan keterlibatan emosional anak sehingga berdampak positif terhadap konsentrasi belajar.
   c. Aspek Psikomotorik. Pada aspek psikomotorik, anak mampu menirukan gerakan ice breaking dengan baik serta menunjukkan kesiapan fisik untuk belajar. Gerakan seperti lompat, tepuk tangan, dan tari sederhana membantu melancarkan aliran darah sehingga anak menjadi lebih segar. Penelitian oleh Broto (2020) menyatakan bahwa ice breaking jenis gerak badan efektif dalam mengembalikan energi belajar siswa yang mulai lelah. Secara neurologis, aktivitas fisik ringan dapat meningkatkan suplai oksigen ke otak sehingga membantu meningkatkan fokus dan konsentrasi
   d. Aspek Perilaku Bahasa. Pada aspek perilaku bahasa, anak lebih aktif merespon

pertanyaan guru dan berani menyampaikan pendapat. Ice breaking membantu mengurangi rasa canggung dan meningkatkan interaksi sosial antar anak. Penelitian Handayani (2017) menunjukkan bahwa ice breaking jenis lagu dan permainan kata dapat meningkatkan partisipasi verbal anak dalam pembelajaran. Secara teoritis, anak usia 4–5 tahun memiliki rentang konsentrasi yang masih terbatas. Mereka mudah terdistraksi dan cepat merasa bosan apabila kegiatan monoton. Oleh karena itu, diperlukan variasi pembelajaran yang mampu mempertahankan perhatian anak

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut :

1. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh ice breaking terhadap konsentrasi belajar anak usia 4–5 tahun di PAUD Ar-Rahman Desa Tanah Bekali Kabupaten Kuantan Singingi. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh data bahwa terdapat peningkatan konsentrasi pada aspek kognitif menggunakan ice breaking jenis lagu, afektik menggunakan ice breaking yel-yel, psikomotor menggunakan ice breaking gerak badan dan aspek perilaku bahasa menggunakan ice breaking tepuk tangan.
2. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, rata-rata skor konsentrasi belajar anak pada kelas eksperimen meningkat dari 34,5 menjadi 52,8 dengan peningkatan sebesar 18,3 poin. Sedangkan pada kelas kontrol meningkat dari 25,4 menjadi 42,5 dengan peningkatan sebesar 17,1 poin.
3. Walaupun kedua kelompok mengalami peningkatan, hasil uji statistik menunjukkan nilai 0.000 $p < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dengan demikian, hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nol (Ho) ditolak. Artinya, terdapat pengaruh ice breaking terhadap konsentrasi belajar anak usia 4–5 tahun di PAUD Ar-Rahman.

DAFTAR PUSTAKA

Afnan Fajarudin, A. (2021). Pengertian dan penerapan ice breaking dalam pembelajaran.
Broto, F. S. W. W. (2020). Penerapan ice breaking dalam meningkatkan semangat belajar siswa.
Darwis, A. (2021). Metode penelitian pendidikan.
Diana. (2019). Pentingnya konsentrasi belajar dalam proses pembelajaran.
Dimyati. (2013). Belajar dan pembelajaran. Program Studi Fakultas Kegunan Dan losu Pendidikan Upbij Universitas Terbuka Surabaya Tahun 2021
Endang Mulyatiningsih. (2014). Metode penelitian terapan bidang pendidikan.
Fanani, A. (2010). Ice breaking dalam proses pembelajaran aktif. Yogyakarta Universitas Negeri Yogyakarta.
Firdaus, E. (2017). Pengaruh ice breaking terhadap konsentrasi dan hasil belajar siswa. Handayani, W. E. (2017). Jenis-jenis ice breaking dalam pembelajaran.
Handayani, W. E. (2021). Ice breaking sebagai strategi menciptakan suasana belajar menyenangkan.
Isjoni. (2014). Pembelajaran kooperatif meningkatkan kecerdasan komunikasi antar peserta didik.
Kaniah. (2017). Tujuan dan manfaat ice breaking dalam pembelajaran.
Lubis, A. R. N. (2024). Teknik penerapan ice breaking dalam pembelajaran anak usia dini.
Maghfirot, H. A. (2023). Jenis-jenis ice breaking untuk meningkatkan konsentrasi belajar anak.
Maqrisa, V. W. (2024). Pengaruh ice breaking terhadap konsentrasi belajar anak PAUD. Pratama, B. I. (2023). Penggunaan humor sebagai ice breaking dalam pembelajaran.

Purwanto, A. (2021). Teknik penyusunan angket penelitian pendidikan. Http//Dot. 10.36805/BiV11.100 Bergambar Buana Ilmu 1(1

Rahmadani, P. (2019). Ciri-ciri anak yang memiliki konsentrasi belajar baik. Riinawati. (2021). Karakteristik siswa yang memiliki konsentrasi belajar. Berbantuan Media Keranjang Biji-Bijuan Terhadap Hasil Belajar Materi Perkalian Dan Pembagian Siswa Kelas i Sdn Saptorenggo 02 Jurnal Ilmiah Sekolah Haps/Doi.Org/10.23887/Jind. V 13, 11717 Dasar 1(31 163

Sari, I. P. (2023). Pengaruh konsentrasi terhadap daya ingat siswa.

Sugiyono. (2015). Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung. Alfabeta

Sukmajadi, B., dkk. (2021). Indikator kepuasan dalam proses pembelajaran anak usia dini.

Sunarto. (2017). Ice breaking dalam pembelajaran aktif. Pengembangan Keterampilan Berbicara Anak Usia Dini, Jakarta Depertemen Pendidikan Nasiona

Syafrida. (2022). Pengaruh kegiatan ice breaking jenis games terhadap minat belajar siswa pada mata pelajaran Fikih di MTsN 3 Rokan Hulu (Skripsi).

Widayoko. (2012). Teknik analisis data penelitian pendidikan