
Pelatihan *Ice Breaking* melalui Kegiatan Workshop di SDN Jombatan 3 Jombang

Muhammad Nuruddin, Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng Jombang
Hawwin Fitra Raharja, Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng Jombang
M. Bambang Edi Siswanto, Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng Jombang
Mega Indah Permatasari, Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng Jombang
Emy Yunita Rahma Pratiwi, Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng Jombang
Ratih Asmarani, Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng Jombang
Desty Dwi Rochmania, Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng Jombang
Claudya Zahrani Susilo, Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng Jombang
Anggara Dwinata, Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng Jombang

Abstract:

In a life process, a person will not be separated from learning. When the learning process occurs, there will be learning experiences gained. This process will be effective if done in a fun way. To make learning more fun, the teacher can use ice breaking. This is done so that the learning atmosphere is more fun and students are not easily bored and interested in participating in teaching and learning activities. This ice breaking training workshop was held by a team of PGSD Unhasy lecturers in collaboration with the AMSP team of group 13 Unhasy which took place at SDN Jombatan 3 Jombang. This activity was packaged in PKM (Community Service) activities, and the targets or participants were teachers at SDN Jombatan 3 Jombang. The process of this activity begins with pre-event activities, material presentation activities, ice breaking practice activities, and independent assignments. Through this training workshop activity, it is hoped that learning in class will be warmer and more enjoyable, thereby increasing the enthusiasm of students to return enthusiastically to participating in teaching and learning activities in class.

Keywords: Training, Ice Breaking, SDN Jombatan 3

Abstrak:

Pada sebuah proses kehidupan, seseorang tidak akan lepas dengan yang namanya belajar. Ketika proses pembelajaran terjadi, maka akan ada pengalaman belajar yang didapat. Proses ini akan efektif jika dilakukan dengan yang menyenangkan. Agar pembelajaran lebih menyenangkan, guru dapat menggunakan ice breaking. Hal ini dilakukan guna suasana belajar lebih menyenangkan dan siswa tidak mudah bosan dan tertarik untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar. Workshop pelatihan ice breaking ini diadakan oleh tim dosen PGSD Unhasy berkolaborasi dengan tim AMSP kelompok 13 Unhasy yang bertempat di SDN Jombatan 3 Jombang. Kegiatan ini dikemas dalam kegiatan PKM (Pengabdian Kepada Masyarakat), dan yang menjadi sasaran atau peserta adalah para guru di SDN Jombatan 3 Jombang. Proses kegiatan ini dimulai dengan kegiatan pra acara, kegiatan pemaparan materi, kegiatan praktik ice breaking, dan tugas mandiri. Melalui kegiatan workshop pelatihan ini, diharapkan pembelajaran di kelas menjadi lebih hangat dan menyenangkan, sehingga menambah semangat siswa untuk antusias kembali dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar di kelas.

Keywords: Pelatihan, Ice Breaking, SDN Jombatan 3

Email : rudin.moxer@gmail.com

PENDAHULUAN

Belajar merupakan aktivitas penting dalam kehidupan manusia. Setiap orang mengalami belajar dalam hidupnya setiap manusia perlu proses pendewasaan baik

pendewasaan secara fisik maupun psikis atau kejiwaan. Pendewasaan pada diri seseorang tidak bisa disempurnakan tanpa didukung dengan pengalaman berupa pelatihan, pembelajaran serta proses belajar. Artinya belajar dan pembelajaran merupakan proses penting bagi seseorang untuk menjadi dewasa (Musfiqon, 2012).

Oleh sebab itu belajar adalah proses yang aktif merespons terhadap semua situasi yang ada di sekitar individu belajar adalah proses yang diarahkan kepada tujuan proses berbuat melalui berbagai pengalaman belajar adalah proses melihat mengamati memahami sesuatu apabila kita berbicara tentang belajar maka kita berbicara bagaimana mengubah tingkah laku seseorang (Sudjana, 1998). Belajar akan efektif jika dilakukan dalam suasana menyenangkan Fun and Enjoy maka perlu diciptakan suasana dan sistem kondisi belajar yang kondusif. Di samping faktor lain yang akan menentukan hasil belajar siswa salah satu faktor yang mempengaruhi adalah faktor pengajar. Oleh sebab itu mengajar yang diartikan sebagai suatu usaha menciptakan sistem lingkungan harus memungkinkan terjadinya proses pembelajaran yang fun and enjoy tetapi perlu diketahui pula bahwa sistem lingkungan ini pun dipengaruhi oleh berbagai komponen yang saling berinteraksi antara lain tujuan pembelajaran, bahan kajian yang disampaikan, guru, siswa, jenis kegiatan yang dikembangkan dan metode serta media pembelajaran yang dipilih (Angkowo et.al 2007).

Pemakaian media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru membangkitkan motivasi dan rancangan kegiatan belajar bahkan membawa pengaruh-pengaruh psikologis terhadap siswa. Penggunaan media pembelajaran pada tahap orientasi pembelajaran akan sangat membantu keefektifan proses pembelajaran dan penyampaian pesan dan isi pelajaran pada saat itu (Arsyad 2006). Pada proses belajar anak melakukan proses belajar melalui pengalaman dalam hidupnya pengalaman yang baik dan menyenangkan berdampak positif bagi perkembangan anak anak belajar dari semua yang ia lihat ia dengar dan ia rasakan proses belajar ini akan efektif jika anak berada dalam kondisi senang dan bahagia begitu juga sebaliknya anak akan merasa takut cemas merasa tidak nyaman dan hasil kurang optimal jika proses belajar anak yang terlalu dipaksakan (Kusumo, 2014).

Namun hal yang tidak lepas dari segalanya ialah bagaimana seorang guru dapat membuat suasana belajar yang menyenangkan agar siswa kerap tidak mudah bosan dan tertarik untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar yaitu dalam 5 menit pertama. Atau sering disebut dengan kegiatan ice breaking. Untuk itu kami mengadakan suatu workshop Pelatihan ice breaking untuk Meningkatkan Zona Alfa di Sekolah Dasar. (Nashir, 2022). Disinilah fungsinya *Ice Breaker* untuk sebuah proses belajar yaitu sebagai energizer sebelum pemberian materi utama memecah kebutuhan memberikan pencerahan di saat mengalami kejenuhan dan mampu membangkitkan gairah belajar sehingga memberikan kesan yang menyenangkan ketika belajar. (Kusumo, 2014).

METODE KEGIATAN

Workshop pelatihan ice breaking ini diadakan oleh tim dosen PGSD dengan berkolaborasi bersama tim AMSP kelompok 13 Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng Jombang, dalam rangka pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat serta untuk mengoptimalkan kegiatan belajar mengajar yang fun and happy.

Pelatihan ini dilakukan selama kurang lebih 3 Jam, kegiatannya meliputi : teori dan konsep persepsi pelajaran, gelombang alfa dalam pembelajaran, pre teach dalam membuka pembelajaran, warmer dalam pembelajaran, praktik *ice breaking*, tanya jawab seputar ice breaking, dan tugas mandiri secara berkelompok. Menurut Raharjo

& Haryanto (2020), pelatihan merupakan bentuk dari berdiskusi yang terarah yang manapemateri juga mendemonstrasikan penjelasannya serta para peserta juga diminta untuk mempraktikkannya.

Tim kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari 6 dosen tetap Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar dan 5 mahasiswa AMSP, dengan sasaran kurang lebih 25 guru di SDN Jombatan 3 Jombang. Tugas dari tim PKM ini adalah sebagai Narasumber dan pembimbing dalam pelatihan ini. Sementara itu, guru-guru SDN Jombatan 3 Jombang sebagai tim dari lembaga mitra yang berperan sebagai peserta pelatihan ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendidikan merupakan usaha etis yang dilakukan demi mewujudkan tujuan institusional. Sehingga apabila terjadi masalah dalam proses kegiatan pembelajaran maka berpengaruh terhadap tujuan institusional yang telah ditetapkan. Dalam siklus ini guru berperan penting dalam membantu mewujudkan tujuan pembelajaran di kelas. Sebelum masuk ke kelas untuk mengajar peserta didik, guru dituntut agar mampu merencanakan, melaksanakan pembelajaran, dan mengevaluasi keberhasilan dalam pembelajaran. Keberhasilan dari proses kegiatan pembelajaran berada ditangan guru, mulai dari keberhasilan tujuan institusional sampai kepada tujuan (Haifaturrahmah et.al, 2020). Berdasarkan teori tersebut, maka kegiatan yang dilakukan oleh tim PKM dapat dijelaskan sebagai berikut:

A. Kegiatan Pra Acara

Kegiatan ini baru dirasakan oleh pihak mitra dikarenakan beberapa guru terkadang sulit mencari referensi ataupun contoh *ice breaking* yang sesuai dengan keadaan, kelas maupun karakter siswa. Oleh karena itu seluruh guru SDN Jombatan 3 Jombang sangat antusias dalam mengikuti program tersebut. Kegiatan ini diawali dengan konsultasi kepada guru pendamping di lembaga mitra kemudian dikonsultasikan kepada Dosen Pembimbing Lapangan lalu pemberitahuan kepada guru pamong. Panitia juga mengupayakan agar sertifikat dapat diakui dan resmi sehingga perlu melakukan pengajuan kepada pihak LPPM Universitas Hasyim Asy'ari dan kepada pihak Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Hasyim Asy'ari.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada hari Senin tanggal 12 Desember 2022 mulai pukul 11.00-14.00 WIB di SDN Jombatan 3 Jombang. Peserta pelatihan program PKM ini merupakan seluruh dewan guru yang bertugas di SDN Jombatan 3 Jombang dan SDN. Kegiatan pelatihan dimulai dengan memaparkan materi pelatihan oleh tim PKM, dan diakhiri dengan pelatihan *ice breaking*. *Ice breaking* merupakan kegiatan awal yang memberikan pemanasan kepada siswa. Melalui *ice breaking* siswa melepaskan kebekuan, kebosanan, kejenuhan dan kejemuhan sehingga suasana didalam kelas menjadi mencair, bersemangat dan termotivasi selama proses pembelajaran.

B. Kegiatan Pemaparan Materi

Ice breaking dalam pembelajaran dapat diartikan sebagai pemecah situasi kebekuan fikiran atau fisik siswa. *Ice breaking* juga dimaksudkan untuk membangun suasana belajar yang dinamis, penuh semangat dan antusiasme (Sunarto, 2020). *Ice breaking* adalah permainan atau kegiatan yang berfungsi untuk mengubah suasana kebekuan dalam kelompok. Memang sebelum suatu acara berlangsung, untuk memecahkan kebekuan diawal acara diperlukan satu atau lebih *ice breaking* yang dipilih, yang mungkin bersifat spontan atau tanpa persiapan khusus (Said, 2020).



Gambar 1. Pemaparan awal materi *ice breaking*

Melalui kegiatan *ice breaking* siswa mampu memberikan reaksi dalam pembelajaran sehingga menimbulkan stimulus khas lalu dapat menumbuhkan minat belajar anak. Agar informasi yang diberikan oleh guru dapat masuk dan dicerna dengan baik maka perlu adanya Survival, Emotional, Relevance, Rehearsial. Kegiatan apersepsi dalam pembelajaran sangat diperlukan oleh sebab itu seorang guru harus mengetahui pembagian dan maksud apersepsi, ialah sebagai berikut :

1. Pre Teach : berkaitan dengan informasipendahuluan
2. Warmer : berkaitan dengan pengulangan materi terdahulu
3. Alpha Zone : berkaitan dengan fun story, music, *ice breaking*, brain gym.
4. Scene setting : berkaitan dengan metode/ strategi yang digunakan

Pola Scene setting dapat dilakukan dengan cara bercerita, visualization demo, simulation demo, mendatangkan tokoh ataupun menonton film.

C. Kegiatan Praktik Ice Breaking

Praktik *ice breaking* ini dilakukan secara individu maupun kelompok. Hal-hal yang dilakukan oleh peserta antara lain sebagai berikut : Permainan (games), Menyanyi, Senam, Kalimat pembangkit semangat, Kalimat indah penuh makna, Bercerita (story telling), Tepuk tangan, Senam otak (brain gym), Humor/jenaka, Tebak-tebakan.



Gambar 2. Praktik *ice breaking* oleh peserta

Berikut beberapa contoh ice breaking yang dapat dilakukan oleh guru saat membuka pembelajaran ataupun dilakukan pada sela-sela pembelajaran serta untuk mengakhiri pembelajaran agar anak dapat dengan mudah merefleksikan hasil belajarnya tentunya dengan cara yang asyik dan seru.

1. Permainan (games) lompat pocong
 - a. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok yang terdiri dari 5 sampai 10 siswa atau disesuaikan dengan jumlah siswa
 - b. Masing-masing kelompok kemudian baris berbanjar ke belakang dengan ketua kelompok berada di paling depan
 - c. Setelah itu guru memberikan petunjuk jika ada aba-aba “hap-hap” Maka seluruh siswa lompat dua kali ke depan jika ada aba-aba “huphup” maka seluruh siswa lompat dua kali ke belakangkelompok yang kompak bisa diberikan Point
 - d. Semua siswa harus mengikuti aba-aba dari gurunya, jika ada 1 siswa dalam satu kelompok yang salah maka akan dikurangi poinnya
 - e. Untuk variasi bisa dimodifikasi dengan gerakan geser ke samping kanan dan juga ke kiri dengan aba-aba misalnya jika ke kanan maka guru mengucapkan “Hip Hip” dan jika ke kiri mengucapkan “hop hop”
2. Menyanyi Lagu Suka Hati
 - a. Kalau kau suka kalau kau suka hati tepuk tangan (tepek 3 kali), Kalau kau suka hati tepuk tangan (tepek 3 kali)
 - b. Kalau kau suka hati mari kita lakukan kalau kau suka hati tepuk tangan (tepek 3 kali)
 - c. Kalau kau suka hati petik jari (petik 2 jari), Kalau kau suka hati petik jari (petik 2 jari), Kalau kau suka hati mari kita lakukan kalau kau suka hati petik jari (petik 2 jari)
 - d. Kalau kau suka hati lompat tinggi (melompat), Kalau kau suka hati lompat tinggi (melompat), Kalau kau suka hati mari kita lakukan kalau kau suka hati lompat tinggi (melompat)
 - e. Kalau kau suka hati menarilah (menggerakkan kedua tangan), Kalau kau suka hati menarilah (menggerakkan kedua tangan)
 - f. Kalau kau suka hati mari kita lakukan kalau kau suka hati menarilah (menggerakkan kedua tangan), Kalau kau suka hati bilang hore (Horeee)
 - g. Kalau kau suka hati bilang hore (Horeee), Kalau kau suka hati mari kita lakukan kalau kau suka hati bilang Hore (Horeee), Kalau kau suka hati semuanya (melakukan semua gerakan tepuk3x, petik 2 jari, melompat, menari, bilang horeee)
 - h. Kalau kau suka hati semuanya (melakukan semua gerakan tepuk 3x, petik 2 jari, melompat, menari, bilang horeee), Kalau kau suka hati mari kita lakukan kalau kau suka hati semuanya (melakukan semua gerakan tepuk 3x, petik 2 jari, melompat, menari, bilang horeee)
3. Senam
 - a. Buat angka 1 sampai 9 dengan kaki kanan sambil diangkat
 - b. Pertahankan kaki kanan tidak sampai jatuh sebelum selesai membuat semua angka
 - c. Lanjutkan dengan kaki yang sebelah kiri
 - d. Kemudian berpasangan dan saling berhadapan sambil memegang kedua bahu

- pasangannya
- e. Buat angka 1 sampai 9 menggunakan seluruh tubuh
4. Kalimat Pembangkit Semangat
 - a. Aku percaya... aku hebat... aku luar biasa... aku bisa...(bisa ditambahkan dengan gerakan tangan), 1 yes 2 okee 3 semangat 4 konsentrasi
 - b. Jika diserukan bersemangat dijawab huhuhu jika diserukan bergembira dijawab ha ha ha
 - c. Jika diserukan beraksi dijawab dengan jika diserukan bergaya di hihhi
 - d. Jika diserukan berdaya dijawab,sukses Yes Allahu Akbar
 5. Kalimat Indah Penuh makna (Pantun berbalas prosedur)
 - a. Siswa dibentuk menjadi beberapa kelompok
 - b. Pilih satu kelompok yang pertama kali membuat dan membacakan pantun
 - c. Setelah selesai minta kelompok tadi untuk menunjuk kelompok lain agar membalas pantunnya
 - d. Ulangi kegiatan tersebut berturut-turut kepada kelompok yang lainnya
 6. Bercerita (Story Telling)
 - a. Minta 1 siswa untuk memilih 1 temannya di kelas yang akan dijadikan tema
 - b. Temannya yang dijadikan tema diharapkan keikhlasannya untuk berkenan dijadikan contoh
 - c. Minta siswa yang memilih Tadi untuk menyebutkan semua kebaikan dan kelebihan temannya
 - d. Lanjutkan kepada siswa yang lain untuk melakukan kegiatan tersebut
 7. Tepuk
 - a. Tepuk belajar: Jika aku (Prok prok prok) mau belajar (Prok prok prok) maka aku (Prok prok prok) harus tertib (Prok prok prok) tertib Happpp
 - b. Tepuk Angka: Tepuk 1 satu (Yess) tepuk 2 (Okee) Tepuk 3 (semangat) tepuk 4 (konsentrasi) Konsentrasi, konsentrasi dimulai Happp.
 8. Senam Otak Cross
 - a. Pukul-pukulkan tangan kanan ke paha kanan dan bersamaan dengan itu Gosokkan tangan kiri ke paha kiri berulang-ulang
 - b. Kemudian ubah Posisi kedua tangan secara bersamaan tangan kiri yang tadinya menggosok berubah menjadi seperti tangan kanan begitu juga tangan kanan yang tadinya memukul berubah menjadi seperti tangan kiri
 - c. Latihlah gerakan di atas berulang kali sampai Mahir melakukannya
 - d. Jika sudah lancar maka gerakannya semakin lama bisa semakin cepat
 9. Humor
 - a. Nilai Bagus: Si Anto terkenal murid yang nakal dan bodoh suatu hari sesampainya di rumah dia cerita bersama ibunya Bu Bu aku dapat nilai 100 aduh bagusnya kalau begitu Itu baru anak ibu sahut ibunya senang tapi ngomong-ngomong mata pelajaran apa itu nak ibunya ingin tahu karena sangat penasaran itu Bu matematika 30 bahasa Indonesia 40 dan sejarah 30 seketika ibunya tertawa mendengar cerita si Anto
 10. Tebak-tebakan
 - a. Bahasa Inggrisnya nasi adalah rice panjang adalah long kalau nasi Panjang namanya lontong
 - b. Apa bedanya sarung dan kotak kalau sarung itu bisa kotak-kotak kalau katak

- tidak bisa sarung-sarung
- c. Apakah ilmu pasti itu ilmu yang melarang soal-soal seperti ini satu ditambah satu barangkali dua
 - d. Benda apa yang paling matre telepon umum kan kalau dikasih uang baru mau kerja

D. Tugas Mandiri

Workshop pelatihan ice breaking untuk meningkatkan zona alfa di Sekolah Dasar tepatnya dilakukan di SDN Jombatan 3 Jombang menghasilkan sebuah luaran berupa produk ice breaking yang dikemas dalam bentuk buku. Sehingga acara Pengabdian Kepada Masyarakat ini sangat menguntungkan banyak pihak, Pihak mahasiswa dapat menjalankan tugas yaitu kegiatan AMSP dengan melaksanakan PKM, pihak Dosen PGSD dapat berkolaborasi dengan mahasiswa terkait realisasi program PKM sedangkan untuk pihak lembaga mitra mendapatkan E-Sertifikat bagi setiap guru dengan 32 JP yang resmi sehingga dapat dilampirkan saat akan kenaikan pangkat untuk para guru PNS. Pihak lembaga juga dapat menghasilkan suatu produk berupa buku ice breaking karya yang bertuliskan SDN Jombatan 3 Jombang.

Penugasan mandiri ini dikerjakan per kelompok, satu kelompok terdiri dari kurang lebih 5 guru. Lima guru tersebut akan berdiskusi atau berkelompok sesuai dengan tema yang sudah diacak oleh panitia. Pihak panitia akan menyediakan link google drive pengumpulan per kelompok, sehingga panitia dapat melakukan pemantauan dengan mudah. Namun tugas mandiri ini memang berkelanjutan sehingga akan menghasilkan beberapa karya ice breaking untuk dapat dijadikan suatu produk unggulan di lembaga mitra tersebut.



Gambar 3. Foto Bersama pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat

KESIMPULAN

Simpulan yang didapatkan dari kegiatan ini adalah kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilaksanakan sesuai dengan rencana, yang terlihat dari kehadiran lembaga mitra yang sesuai dengan jadwal yang ditetapkan serta antusiasme mitra dalam mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Bekal yang diberikan merupakan transfer IPTEK serta pelatihan ice breaking yang dapat diaplikasikan oleh lembaga mitra dalam

pembelajaran di kelasnya. Sedangkan saran yang dapat diberikan adalah agar adanya program serupa yang berkaitan dengan cara mengoptimalkan kegiatan awal pembelajaran.

Penggunaan ice breaking, pembelajaran di kelas menjadi lebih hangat dan menyenangkan, sehingga menambah semangat siswa untuk antusias kembali dalam mengikuti KBM di kelas. Hasil pengenalan ice breaking yang kelompok kami lakukan disambut baik oleh guru dan peserta didik, sehingga guru selalu memasukkan kegiatan ice breaking di dalam kegiatan pembelajaran di kelas.

DAFTAR PUSTAKA

Efi, I.F., Uluul, K., & Nur, A.I.P. (2018). Pengaruh Kreativitas Guru dalam Menerapkan Ice breaking dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Riset dan Konseptual* Vol. 3 No. 4, <https://dx.doi.org/10.28926/briliant.v3i3.253>

Haifaturrahmah., Sukron, F., Sintayana, M., & Nurmiwati. (2020). Pelatihan Oce Breaking Bagi Guru SD sebagai Upaya Optimalisasi Kegiatan Awal Pembelajaran di Kelas. *Journal of Character Education Society* No. 3 Vol. 1 <https://journal.ummat.ac.id/index.php/JCES>

Musfiqon. (2012). *Pengembangan Media & Sumber Pembelajaran*. Jakarta : Prestasi Pustaka Publisher

Pratiwi, Emy Yunita Rahma, dkk. (2022). Motivasi Guru Bertahan Mengajar di Daerah Terpencil dalam Menghadapi Pendidikan di Era Globalisasi. *Jurnal DWIJA CENDEKIA: Jurnal Riset Pedagogik* Vol. 6 No. 3. <https://jurnal.uns.ac.id/jdc/article/view/63853>

Sugito., Dwi, L., Yayang, A., & Ade, T. N. (2021). Pengenalan Ice breaking dalam Meningkatkan Semangat Belajar Siswa. *Jurnal Bahasa Indonesia Prima* Vol. 3 No. 2 <https://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/BIP>