

PENGARUH ICE BREAKING TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR ANAK USIA DINI DI KB NURUL JANNAH

Irma Suryani¹, Heni Purwulan², Erlina Yuliasuti³

Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Doktor Nugroho Magetan

eirma2004@gmail.com, henipurwulan@gmail.com, yuliasutierlina@gmail.com

Abstrak

Konsentrasi belajar merupakan salah satu aspek penting yang mendukung keberhasilan proses pembelajaran pada anak usia dini. Namun, berdasarkan hasil observasi awal di KB Nurul Jannah masih ditemukan anak yang kurang memperhatikan guru saat pembelajaran berlangsung, sulit mengikuti instruksi, mudah terdistraksi, berbicara sendiri, serta kurang menunjukkan antusias dalam mengikuti kegiatan belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh *ice breaking* terhadap konsentrasi belajar anak usia dini di KB Nurul Jannah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *pre-experimental* menggunakan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi sekaligus sampel dalam penelitian ini berjumlah 15 anak dengan teknik *sampling jenuh* (*total sampling*). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan dokumentasi. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas Shapiro-Wilk, dan uji hipotesis *Paired Sample t-Test* berbantuan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan nilai rata-rata (*mean*) *pretest* sebesar 25,33 menjadi 71,00 pada *posttest*. Hasil uji hipotesis menggunakan *Paired Sample t-Test* memperoleh nilai signifikansi (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kegiatan *ice breaking* berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan konsentrasi belajar anak usia ini di KB Nurul Jannah. **Kata kunci:** *Ice Breaking*, Konsentrasi Belajar, Anak Usia Dini

Abstract

Learning concentration is an important aspect that supports the success of the learning process in early childhood education. Based on preliminary observations at KB Nurul Jannah, several children showed low attention to the teacher during classroom activities, had difficulty following instructions, were easily distracted, talked to their peers during lessons, and showed low enthusiasm for learning activities. This study aimed to determine whether ice breaking had a significant effect on the learning concentration of early childhood children at KB Nurul Jannah. This study employed a quantitative approach using a pre-experimental research design with a One Group Pretest-Posttest Design. The population as well as the sample consisted of all 15 children using a total sampling technique. Data were collected through observation and documentation. Data were

Article History

Received: Oktober 2026

Reviewed: Oktober 2026

Published: Oktober 2026

Plagiarism Checker No 2634

Copyright : Author

Publish by : Sindoro



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

analyzed using descriptive statistics, the Shapiro-Wilk normality test, and the Paired Sample t-Test with the assistance of SPSS software. The results showed that children's learning concentration improved after the implementation of ice breaking activities. The mean score increased from 25.33 on the pretest to 71.00 on the posttest. The Paired Sample t-Test produced a significance value (2-tailed) of $0.000 < 0.05$, indicating that H_0 was rejected and H_a was accepted. Therefore, it can be concluded that ice breaking had a significant effect on improving the learning concentration of early childhood children at KB Nurul Jannah.

Keywords: *Ice Breaking, Learning Concentration, Early Childhood*

PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta rohani. Masa ini sering disebut sebagai usia emas (*the golden age*), yaitu masa ketika anak mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat serta fundamental. Dalam proses pembelajaran, konsentrasi belajar merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi keberhasilan peserta didik. Konsentrasi belajar memungkinkan individu memusatkan perhatian pada kegiatan belajar dengan mengabaikan hal-hal lain yang dapat mengganggu. Namun, secara umum manusia memiliki keterbatasan dalam mempertahankan fokus dalam situasi yang monoton; anak usia dini rata-rata memiliki durasi fokus yang singkat, yaitu sekitar 15-20 menit.

Berdasarkan pengamatan awal yang dilakukan di KB Nurul Jannah pada kelompok B (usia 5-6 tahun), ditemukan bahwa anak mulai kehilangan fokus setelah mengikuti kegiatan pembelajaran selama kurang lebih 15-20 menit. Sebagian anak tampak berbicara dengan teman sebayanya, asyik sendiri, tidak memperhatikan penjelasan guru, dan bahkan ingin keluar kelas saat pelajaran berlangsung. Hal ini menyebabkan proses pembelajaran belum berjalan secara optimal.

Untuk mengatasi permasalahan menurunnya rentang fokus tersebut, diperlukan strategi yang mampu menarik dan mengembalikan perhatian anak agar pembelajaran kembali menyenangkan. Salah satu strategi tersebut adalah penerapan kegiatan *ice breaking*. *Ice breaking* berfungsi untuk memulihkan semangat peserta didik, menyegarkan suasana belajar, menghilangkan rasa bosan, serta membangkitkan gairah agar anak kembali rileks, semangat, dan memusatkan perhatian pada pelajaran. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kegiatan *ice breaking* terhadap konsentrasi belajar anak usia 5-6 tahun di kelompok B KB Nurul Jannah.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *pre-experimental design*. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*, di mana subjek penelitian diberikan *pretest* untuk mengetahui kondisi awal konsentrasi belajarnya, kemudian diberikan perlakuan (*treatment*) berupa *ice breaking*, dan diakhiri dengan *posttest* untuk mengukur perubahan setelah perlakuan.

Penelitian ini dilaksanakan di KB Nurul Jannah yang berlokasi di Desa Suwangi Timur, Kecamatan Sakra, Kabupaten Lombok Timur, pada tanggal 2 Juni hingga 2 Juli 2026 (Semester Genap Tahun Ajaran 2025/2026). Populasi dan sampel penelitian ini adalah seluruh anak pada Kelompok B yang berjumlah 15 anak, sehingga teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *sampling jenuh (total sampling)*.

Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan observasi langsung di kelas dan dokumentasi. Instrumen penelitian berupa lembar observasi yang memuat 20 indikator konsentrasi belajar (seperti memperhatikan guru, mendengarkan instruksi, fokus, aktif, dan tertib). Instrumen ini divalidasi menggunakan uji validitas konstruk melalui pendapat ahli (*expert judgment*).

Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif untuk mengetahui nilai rata-rata, uji normalitas Shapiro-Wilk untuk melihat distribusi data (karena sampel < 50), dan pengujian hipotesis menggunakan *Paired Sample t-Test*. Seluruh analisis data dibantu dengan perangkat lunak IBM SPSS Statistics versi 27.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif terhadap 15 responden, ditemukan perbedaan nilai yang nyata antara sebelum dan sesudah perlakuan *ice breaking*. Sebelum perlakuan (*pretest*), tingkat konsentrasi belajar anak masih tergolong rendah dengan nilai minimum 20, maksimum 32, dan nilai rata-rata (*mean*) sebesar 25,33. Setelah diberikan perlakuan (*posttest*), nilai minimum meningkat menjadi 60, nilai maksimum mencapai 80, dan nilai rata-rata (*mean*) melonjak menjadi 71,00.

Sebelum melaksanakan uji hipotesis, dilakukan uji prasyarat normalitas menggunakan metode Shapiro-Wilk. Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi (Sig.) untuk data *pretest* sebesar 0,271 dan *posttest* sebesar 0,403. Karena kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal, dan pengujian dapat dilanjutkan ke statistik parametrik *Paired Sample t-Test*.

Hasil uji hipotesis *Paired Sample t-Test* memperoleh nilai *t* hitung sebesar -27,735 dengan derajat kebebasan (df) 14, dan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000. Karena $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan *ice breaking* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan konsentrasi belajar anak di KB Nurul Jannah.

Peningkatan skor pada *posttest* tersebut tercermin dari observasi langsung di lapangan. Pada awal pembelajaran (*pretest*), mayoritas anak berada pada kriteria "Belum Berkembang" di mana mereka mudah melamun, berbicara sendiri, dan tidak merespons pertanyaan guru. Setelah guru menerapkan berbagai metode *ice breaking*—seperti yel-yel, tepuk semangat, lagu, dan permainan konsentrasi (terutama yang paling disukai anak)—di awal dan di sela-sela

pembelajaran, antusiasme dan fokus mereka kembali terbangun. Anak-anak menjadi lebih aktif menjawab instruksi, mampu duduk dengan tertib, menyelesaikan tugas LKPD (Lembar Kerja Peserta Didik), dan antusias mengikuti pelajaran dari awal hingga akhir.

Temuan ini membuktikan bahwa durasi rentang perhatian anak usia dini yang terbatas bisa diatasi dengan stimulasi permainan dan gerak ritmis, mengubah kebosanan menjadi relaksasi yang kondusif. Hal ini sejalan dengan pendapat para ahli bahwa *ice breaking* yang dilaksanakan dengan prinsip efektif dan sesuai dengan situasi dapat memulihkan kebakuan suasana dan mengembalikan konsentrasi peserta didik pada materi pelajaran secara optimal.

SIMPULAN

Kegiatan *ice breaking* terbukti memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan konsentrasi belajar anak kelompok B di KB Nurul Jannah. Hal tersebut dibuktikan melalui peningkatan nilai rata-rata sebelum perlakuan sebesar 25,33 menjadi 71,00 setelah perlakuan, serta nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) uji hipotesis sebesar $0,000 < 0,05$. Penerapan *ice breaking* yang variatif melalui yel-yel, tepuk semangat, permainan, dan bernyanyi mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, mengembalikan fokus, serta meningkatkan kemampuan anak untuk memperhatikan penjelasan, merespons pertanyaan, dan menyelesaikan kegiatan belajar. Disarankan bagi para guru PAUD untuk secara rutin mengintegrasikan strategi *ice breaking* yang bervariasi sesuai dengan karakteristik anak guna menghindari kejenuhan dalam proses pembelajaran di kelas.

REFERENSI

- Ahadi, G. D., & Zain, N. N. L. E. (2023). Pemeriksaan uji kenormalan dengan kolmogorov-smirnov, anderson-darling dan shapiro-wilk. *Eigen Mathematics Journal*, 11-19.
- Cecep D. T. W., & Sabilah. N. (2020). Upaya Meningkatkan Konsentrasi Belajar Anak Usia Dini Melalui Metode Demonstrasi. *Jurnal Tuhnisia*, 3(1), 63-70.
- Dimiyati dan Mudjiono. (2009). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Firdaus, I., dkk. (2023). Model-model pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas. *Jurnal Kreativitas Mahasiswa*, 1(2), 105-113.
- Handayani, L. T. (2023). *Statistik deskriptif*. UM Jember Press.
- Maqrisa V. W., dkk. (2024). Pengaruh Ice Breaking Terhadap Konsentrasi Belajar Anak PAUD. *Journal of Mandalika Social Science*, 2(1), 164-171.
- Rahmani, D. A., Risnawati, R., & Hamdani, M. F. (2025). Uji T-Student Dua Sampel Saling Berpasangan/Dependend (Paired Sample t-Test). *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, 4(2), 568-576.
- Sari, F. F., & Aisyah, S. (2021). Pengaruh Metode Pemberian Tugas terhadap Hasil Belajar Matematika. *JagoMIPA: Jurnal Pendidikan Matematika dan IPA*, 1(2), 84-98.
- Silaen, A. E., Ramadhanti, N., & Utami, S. T. (2023). Musik Berpengaruh Dalam Konsentrasi Belajar. *PARADE RISET*, 1(1), 467-480.
- Slameto. (2010). *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunarto. (2017). *Ice Breaker Dalam Pembelajaran Aktif*. Surakarta: Cakrawala Media.
- Tanjung, A., Siregar, N. H., & Munthe, A. R. (2023). Kajian tentang uji hipotesis penelitian perbandingan menggunakan statistika non parametrik dalam penelitian satatistik sosial. *Jurnal Bakti Sosial*, 2(1), 87-97.
- Waruwu, M., dkk. (2025). Metode penelitian kuantitatif: Konsep, jenis, tahapan dan kelebihan. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 10(1), 917-932.
- Wibowo, H. S. (2025). *Ice Breaker Dan Pembelajaran*. Semarang: Tiram Media.