

IMPLEMENTASI *ICE BREAKING* PADA MATA PELAJARAN SEJARAH DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS X SMA MUHAMMADIYAH 1 PALEMBANG TAHUN AJARAN 2023/2024

Trie Hardalema¹, Fatmah², Yuliarni³

Program Studi Pendidikan Sejarah Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Palembang
hardalema.trie@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi keingintahuan peneliti terhadap *Implementasi Ice Breaking pada Mata Pelajaran Sejarah dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang Tahun Ajaran 2023/2024*. Beberapa tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui: (1) Bagaimana motivasi dan persepsi peserta didik terhadap *Ice breaking* pada pembelajaran sejarah kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Palembang tahun 2023/2024; (2) Bagaimana penerapan *Ice breaking* pada pembelajaran sejarah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Palembang 2023/2024; (3) Bagaimana hasil dari *Ice breaking* pada pembelajaran sejarah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Palembang 2023/2024. Metode Penelitian: Eksperimen Semu dan jenis penelitian kuantitatif. Kesimpulan (1) Motivasi dan persepsi peserta didik terhadap *Ice breaking* pada pembelajaran sejarah kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Palembang tahun 2023/2024 memiliki motivasi yang sangat baik, karena peserta didik secara antusias mengikuti proses kegiatan pembelajaran sejarah di kelas. (2) Penerapan *Ice breaking* pada pembelajaran sejarah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Palembang 2023/2024 dengan cara menggunakan tiga macam strategi penerapan *Ice breaking* dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik yaitu, pertama menggunakan *Ice breaking* senam atau peregangan untuk memulai pembelajaran sejarah atau pada saat pembukaan pembelajaran sejarah. Kedua menerapkan *Ice breaking game* atau permainan dilakukan pada saat inti pembelajaran sejarah dan strategi ketiga yaitu dengan tepuk tangan, bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, memberikan apresiasi atas antusias serta semangat dalam proses pembelajaran sejarah. (3) Hasil dari *Ice breaking* pada pembelajaran sejarah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Palembang 2023/2024 mendapatkan hasil 0,000 dengan dasar pengambilan keputusan yaitu jika nilai signifikasinya (*2-tailed*) < dari 0.05 atau lebih kecil dari 5% maka H₀ ditolak dan H₁ diterima. Artinya hasil dari penerapan *Ice breaking* saat proses pembelajaran sejarah berlangsung dapat membawa perubahan terhadap motivasi belajar peserta didik kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang.

Kata Kunci: Implementasi, *Ice breaking*, Motivasi Belajar, SMA Muhammadiyah 1 Palembang.

Abstract

This research is based on the researcher's curiosity about the Implementation of Ice Breaking in History Subjects in Increasing the Learning Motivation of Class X Students of SMA Muhammadiyah 1 Palembang for the 2023/2024 Academic Year. Some of the objectives in this study are to find out: (1) What is the motivation and perception of students towards ice breaking in class X history learning at SMA Muhammadiyah 1 Palembang in 2023/2024; (2) How to apply ice breaking to history learning in increasing the learning motivation of class X students at SMA Muhammadiyah 1 Palembang 2023/2024; (3) What are the results of ice breaking in history learning in increasing the learning motivation of class X students at SMA Muhammadiyah 1 Palembang 2023/2024. **Research Methods:** Pseudo-experiments and types of quantitative research. **Conclusion** (1) Students' motivation and perception of ice breaking in class X history learning at SMA Muhammadiyah 1 Palembang in 2023/2024 have very good motivation, because students enthusiastically participate in the process of history learning activities in class. (2) The application of Ice breaking in history learning in increasing the learning motivation of

*class X students at SMA Muhammadiyah 1 Palembang 2023/2024 by using three types of strategies for the application of Ice breaking in increasing students' learning motivation, namely, first, using ice breaking gymnastics or stretching to start history learning or at the opening of history learning. Second, applying ice breaking games or games is carried out during the core of history learning and the third strategy, namely by applause, aims to increase students' confidence, give appreciation for enthusiasm and enthusiasm in the history learning process. (3) The results of Ice breaking in history learning in increasing the learning motivation of class X students at SMA Muhammadiyah 1 Palembang 2023/2024 obtained a result of 0.000 on the basis of decision-making, namely if the significance value (2-tailed) is < than 0.05 or less than 5%, then H0 is rejected and H1 is accepted. This means that the results of the application of ice breaking during the history learning process can bring changes to the learning motivation of students in class X of SMA Muhammadiyah 1 Palembang. **Suggestion:** It is hoped that it will be able to consider and implement the knowledge of learning in the same way as the implementation of Ice breaking in the same teaching subjects and it is recommended for researchers to further add learning results, the number of students who become respondents can be increased and apply Ice Breaking which is different from this study.*

Keyword: Implementation, Ice breaking, Learning Motivation, SMA Muhammadiyah 1 Palembang.

©Pendidikan Sejarah FKIP UM Palembang
DOI: <https://doi.org/10.32502/jdh.v4i2.9022>

Pendahuluan

Pendidikan sangatlah penting dalam kehidupan manusia, karena pendidikan mampu mendorong perkembangan yang lebih baik. Tidak ada zaman yang tidak mengalami perkembangan dan tidak ada kehidupan manusia yang tidak bergerak. Pendidikan dianggap sebagai salah satu bentuk investasi yang bertujuan untuk mengubah kehidupan suatu bangsa menjadi lebih baik. Hal ini sesuai dengan pendapat berikut :

Pendidikan memiliki peran yang sangat penting dalam pembangunan negara, menjadi pondasi utama dalam usaha meningkatkan standar hidup penduduk Indonesia. Pendidikan merupakan kebutuhan esensial bagi kehidupan manusia dan harus terpenuhi sepanjang masa. Sangat sulit bagi suatu kelompok manusia untuk bisa hidup dan berkembang sesuai dengan cita-cita kemajuan tanpa adanya pendidikan. Kesejahteraan dan kebahagiaan berdasarkan perspektif kehidupan manusia (Ihsan, 2011:4).

Pandangan ini menekankan pentingnya pengelolaan pendidikan secara terencana untuk meningkatkan kesejahteraan kehidupan manusia. Pendidikan sangatlah signifikan di masa sekarang karena dapat membantu individu untuk berkembang dalam hal pengetahuan dan menggali potensi yang dimiliki. Peserta didik diharapkan bisa menghadapi setiap perubahan yang muncul dan memiliki motivasi yang tinggi dalam mengikuti pembelajaran, yang merupakan faktor utama untuk meraih kesuksesan di sekolah.

Salah satu cara untuk mengembangkan kemampuan peserta didik adalah dengan meningkatkan pemahaman peserta didik terhadap setiap topik yang dijelaskan oleh pendidik. Menurut Deming yang dikutip oleh Uno (2008:86), "ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi permasalahan peserta didik seperti lingkungan belajar, minat dan motivasi belajar, tingkat kesiapan belajar serta karakteristik peserta didik, yang dapat mempengaruhi pemahaman peserta

didik terhadap materi yang diajarkan, salah satu diantaranya adalah peserta didik itu sendiri". Sedangkan menurut Hamalik (2006:157) " setiap peserta didik memiliki kondisi internal yang berbeda-beda yang mempengaruhi proses belajar, seperti motivasi belajar". Selanjutnya, (Sadirman, 2011: 75) menyatakan bahwa : Motivasi adalah dorongan dalam diri atau keadaan emosional yang mendorong individu untuk melakukan tindakan guna mencapai tujuan yang diharapkan. Oleh karena dengan adanya motivasi atau dorongan dalam diri, seseorang dapat mencapai kesuksesan dalam proses belajar. Motivasi belajar adalah faktor psikologis yang tidak berhubungan dengan kecerdasan, dan salah satu peran khasnya adalah keinginan dan semangat untuk melakukan sesuatu merasa bahagia dan penuh semangat dalam mengembangkan pengetahuan.

Proses pembelajaran dibutuhkan faktor-faktor tertentu agar dapat menciptakan suasana kelas yang baik sebagai tempat belajar yang mendorong peningkatan motivasi peserta didik dalam belajar. Terdapat beberapa metode pembelajaran yang efektif untuk menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan dan tidak membosankan bagi peserta didik, pendidik dapat memilih strategi pembelajaran yang cocok untuk diterapkan di dalam kelas sehingga peserta didik senang saat belajar dan mudah dipahami dikalangan peserta didik.

Strategi pembelajaran adalah "suatu materi dan prosedur pembelajaran yang digunakan secara bersama-sama untuk menimbulkan hasil belajar pada peserta didik yang

harus dikuasai oleh seorang pendidik agar bisa mengajar dengan mudah dipahami dan menarik minat peserta didik" (Sanjaya,2007:126). Dalam tahap pengajaran khususnya di kalangan peserta didik, sering kali timbul kejenuhan dan tekanan. Jika kebosanan peserta didik tidak di atasi, pasti akan berdampak buruk pada proses pembelajaran. Menurut Brehm & Kassin (1996:527), "stres adalah kondisi yang tidak menyenangkan dimana manusia melihat adanya tuntutan dalam suatu situasi sebagai beban atau diluar batasan kemampuan mereka untuk memenuhi tuntutan tersebut".

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa, kondisi atau situasi yang tidak nyaman dan tidak menyenangkan bisa menimbulkan tekanan serta dampak yang buruk bagi para peserta didik terutama dalam proses pembelajaran, kondisi ini dapat menimbulkan rasa stres bagi peserta didik. Menurut Djamarah & Zain (2006:149), terdapat sejumlah teknik untuk meningkatkan semangat dalam proses pembelajaran.

Teknik yang **pertama** adalah dengan memberikan penilaian, dimana penilaian ini bisa berupa angka yang akan menjadi simbol atau representasi dari hasil belajar peserta didik. Teknik yang **kedua** dengan memberikan hadiah, pendidik memiliki kemampuan untuk memberikan berbagai bentuk hadiah kepada peserta didik yang berhasil menyelesaikan tugas dengan baik. Teknik yang **ketiga** memberikan pujian kepada peserta didik adalah salah satu cara untuk memotivasi dengan memberikan penghargaan yang positif. Teknik yang **keempat**

semua anggota memberikan gerakan tubuh seperti tersenyum, mengacungkan jempol, bertepuk tangan, dan lain-lain. Teknik yang **kelima** adanya kompetensi sebagai rival atau pihak yang bersaing yang dapat dimanfaatkan sebagai sarana untuk mendorong proses pembelajaran peserta didik. Teknik yang **keenam** para peserta didik diberikan tugas yang harus diselesaikan. Teknik yang **ketujuh** memberikan ulangan kepada peserta didik. Teknik yang **kedelapan** peserta didik ingin mengetahui hasilnya karena peserta didik ingin tahu hal-hal baru yang belum diketahui, dan yang terakhir adalah hukuman, hukuman yang dimaksud adalah hukuman yang mendidik.

Berdasarkan penjelasan di atas ternyata banyak teknik yang dapat meningkatkan semangat peserta didik, namun pada kenyataannya masih banyak sekolah mengeluhkan semangat peserta didik, khususnya pada mata pelajaran sejarah banyak kasus yang menjadikan sejarah membosankan, contohnya peserta didik mengantuk, tidak tertarik pada pelajaran sejarah. Seperti yang diungkapkan oleh (Asmara, 2019:107), menyatakan bahwa “mata pelajaran sejarah dianggap sebagian peserta didik tidak penting karena hanya bergelut dengan masa lalu”. Bahkan yang lebih ironis lagi pelajaran sejarah identik dengan pelajaran menghafal sebuah kejadian yang sama dari dahulu sampai sekarang. Bahkan sebagian orang menganggap bahwa sejarah adalah mata pelajaran yang membosankan dan tidak menarik. Hal ini sejalan dengan pendapat Septiyaningsih (2016:18), “pelajaran sejarah cenderung membosankan,

Trie Dkk, Implementasi ICE BREAK...

karena metode pembelajaran yang dipakai kurang sesuai dengan keadaan peserta didik”. Selanjutnya Mardiani, dkk, (2019:331), menyatakan bahwa “rendahnya minat sejarah mengakibatkan minimnya produktivitas pembelajaran sejarah. Dalam kegiatan pembelajaran, pendidik hanya mengajar dengan bercerita yang diuraikan secara berulang, membuat peserta didik menjadi merasa bosan”. Untuk mengatasi ini diperlukan teknik yang dapat membangkitkan motivasi sejarah.

Menurut Ahyani (2015:78), “dalam pelaksanaan penilaian, sebagian besar para pendidik sejarah di Kota Palembang terfokus pada aspek kognitif, aspek afektif maupun psikomotorik kurang diperhatikan”. Terfokusnya penilaian pada aspek kognitif karena padatannya materi dalam kurikulum sejarah yang harus disampaikan kepada peserta didik. Terkait dengan aspek afektif, para pendidik sejarah mengemukakan sebenarnya aspek afektif sudah terimplementasi dari sikap peserta didik dalam proses pembelajaran, termasuk dalam mengerjakan tugas pekerjaan rumah (PR). Oleh karena itu, penilaian secara khusus dengan menggunakan rubrik penilaian belum banyak dilakukan oleh pendidik-pendidik sejarah di Kota Palembang. Selanjutnya Astuti, dkk (2021:81), menyatakan bahwa :

Ketertarikan atau minat generasi remaja pada sejarah dan budaya daerah di sekitarnya berada pada tingkat yang rendah. Rendahnya minat tersebut disebabkan oleh beberapa faktor, di antaranya ialah peserta didik itu sendiri kurang memahami tentang sejarah dan

budaya, serta kurangnya peran lingkungan sekitar. Dimaksud lingkungan sekitar ialah peran pendidik dan pemerintah dalam memberikan atau menyediakan informasi dan sumber pengetahuan bagi peserta didik dalam mencari sumber ilmu mengenai sejarah dan budaya di sekitarnya, kekurangan sumber pengetahuan membuat minat belajar menjadi kurang.

Rendahnya minat belajar peserta didik disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kurangnya rasa ingin tau, pengaruh dan perkembangan budaya luar yang semakin pesat, kurangnya sumber tentang budaya dan sejarah lokal serta kurangnya peran pendidik dan pemerintah dalam meningkatkan sejarah dan budaya lokal. Sehingga generasi remaja saat ini kurang tertarik pada kebudayaan disekitarnya, dan kurangnya minat ini akan menyebabkan kebudayaan yang sudah ada lambat laun akan hilang, maka dari itu perlu adanya pengembangan dalam pembelajaran yang dapat membantu pendidik dalam menyampaikan pembelajaran sejarah serta dapat meningkatkan minat motivasi, dan hasil belajar sejarah peserta didik. Perlu adanya sosialisasi dan pelatihan terhadap para pendidik sejarah tentang pemanfaatan metode dan model-model pembelajaran sejarah yang ada atau yang sudah dikembangkan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa, pembelajaran sejarah dianggap membosankan, tidak menarik bagi peserta didik sehingga sebagian peserta didik merasa mengantuk saat pembelajaran, dikarenakan pembelajaran sejarah hanya menggunakan metode

ceramah, dan menghafal saja sehingga peserta didik merasa tidak adanya semangat dan minat dalam belajar sejarah, serta tanpa adanya pembelajaran yang menarik perhatian peserta didik di kelas, maka dari itu diperlukannya solusi dalam hal ini.

Salah satu solusi untuk mengatasi permasalahan dalam pembelajaran sejarah ini maka peneliti berkeinginan untuk menerapkan *Ice breaking* dalam pembelajaran sejarah. "Penerapan *Ice breaking* dalam proses belajar mata pelajaran sejarah digunakan untuk mencegah kebosanan dan mengantuk peserta didik, sehingga pembelajaran menjadi lebih menarik dan peserta didik lebih termotivasi dalam belajar di kelas" (Schaufeli & Enzman, 1998:21).

Dalam proses pembelajaran, pembukaan pembelajaran, baik secara menyeluruh maupun spesifik, dapat diberikan dalam waktu luang atau istirahat. Penerapan *Ice breaking* juga bisa digunakan dalam proses belajar mata pelajaran sejarah untuk mencegah kebosanan dan mengantuk peserta didik, sehingga pembelajaran menjadi lebih menarik dan peserta didik lebih termotivasi dalam belajar di kelas. *Ice breaking* dilakukan sebagai teknik mengajar untuk mencegah peserta didik cepat merasa jenuh dalam proses pembelajaran sejarah.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas peneliti tertarik untuk mengkaji tentang *Ice breaking* dalam kegiatan pembelajaran sejarah ini khususnya dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik, maka dari itu peneliti akan melakukan penelitian dengan judul *Implementasi Ice Breaking pada Mata Pelajaran*

Sejarah dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang Tahun ajaran 2023/2024.

Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode eksperimen semu (*Quasi eksperimental Design*). Penelitian eksperimen ini juga merupakan satu-satunya metode penelitian yang dianggap paling tepat dalam menguji hipotesis hubungan sebab-akibat (Sumanto, 1995:113).

Teknik analisis data dilakukan empat tahapan yaitu meliputi observasi, wawancara, kuesioner (angket), dan dokumentasi.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini diadakan di SMA Muhammadiyah 1 Palembang, dengan menggunakan 2 kelas yaitu kelas eksperimen pada kelas X.6, dan kelas kontrol X.5. Setelah diadakan penelitian di lokasi penelitian yang berjudul *Implementasi Ice Breaking pada Mata Pelajaran Sejarah dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta didik Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang Tahun Ajaran 2023/2024*, maka didapatkan hasil penelitian sebagai berikut :

A. Motivasi dan Persepsi Peserta Didik terhadap Ice Breaking pada Pembelajaran Sejarah Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang

Motivasi merupakan dorongan yang ada pada diri seseorang untuk melakukan suatu tindakan atau kegiatan dengan tujuan tertentu, sedangkan persepsi merupakan proses pemahaman atau pemberian makna pada suatu informasi.

1. Tujuan Ice Breaking dalam Pembelajaran Sejarah

Ice breaking merupakan "suatu tindakan yang memadukan berbagai latihan seperti permainan, bernyanyi, latihan pikiran, dan berspekulasi dalam

Trie Dkk, Implementasi ICE BREAK....

membantu peserta didik untuk merasa nyaman dan terlibat dalam proses belajar" (Ambini, 2016:2). *Ice breaking* juga merupakan teknik yang berguna untuk memulai sesi pembelajaran dengan cara yang menarik dan menyenangkan, sehingga peserta didik dapat terlibat aktif dan terbuka dalam berbagi pendapat dan pengalaman. Dengan menciptakan suasana yang santai dan ramah, *Ice breaking* juga dapat membantu mempercepat proses pembentukan hubungan antara peserta didik dan pendidik serta antar peserta didik satu sama lain. Selanjutnya, "*Ice breaking* menjadi alat efektif dalam meningkatkan interaksi dan kolaborasi dalam pembelajaran di ruangan belajar, guna meningkatkan proses belajar mengajar di ruang kelas" (Haifaturahman, 2020:75).

Dapat disimpulkan bahwa *Ice breaking* adalah sebuah aktivitas yang dapat membantu peserta didik menjalin hubungan yang erat dengan temannya, untuk menciptakan lingkungan belajar peserta didik agar merasa nyaman untuk berkomunikasi dan berbagai ide dalam situasi pembelajaran yang santai, serta menginspirasi semangat belajar yang lebih tinggi pada peserta didik.

Tujuan *Ice breaking* dalam pembelajaran sejarah "untuk mengembalikan konsentrasi peserta didik yang terpecah, mempersiapkan peserta didik menerima pembelajaran sejarah, membuat peserta didik lebih fokus pada pembelajaran sejarah, mengatasi kejenuhan saat proses pembelajaran sejarah, dan meningkatkan semangat serta motivasi peserta didik dalam proses pembelajaran sejarah"(Sunarto, 2012:119). Dalam penelitian ini peneliti mendapatkan tujuan dari *Ice breaking* yang diterapkan pada saat proses pembelajaran sejarah berlangsung. Penggunaan *Ice breaking* diawal pembelajaran berupa senam atau peregangan bertujuan untuk meregangkan otot-otot pada tubuh yang

tadinya tegang dengan kegiatan pembelajaran sebelumnya menjadi rileks karena diterapkannya *Ice breaking* senam atau peregangan. Tujuan *Ice breaking* selanjutnya pada kegiatan proses pembelajaran sejarah berlangsung untuk mendapatkan kembali konsentrasi peserta didik. Saat proses pembelajaran sejarah yang tadinya peserta didik mengantuk, bosan hingga tidak memperhatikan materi yang sedang dibahas maka akan membuat suasana kelas menjadi tidak kondusif lagi, sehingga diterapkannya *Ice breaking* pada saat proses pembelajaran sejarah berlangsung setelah dijelaskan materi. *Ice breaking* yang diterapkan bertujuan untuk mengembalikan konsentrasi peserta didik, saat pembelajaran sejarah dan membuat suasana kelas lebih aktif dan kondusif kembali dengan menggunakan *Ice breaking game* atau permainan. Tujuan *Ice breaking* pada saat diakhir pembelajaran sejarah untuk memberikan motivasi dan semangat pada peserta didik untuk mendapatkan kepercayaan diri kembali dengan cara diapresiasi melalui *Ice breaking* tepuk tangan, yang ditujukan untuk semua peserta didik yang sudah aktif dan berpartisipasi dalam kegiatan proses pembelajaran sejarah.

2. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Motivasi Peserta Didik dalam *Ice Breaking*

Dalam kegiatan pembelajaran peserta didik dapat mengembangkan keaktifan, dan partisipasi yang dapat mengarahkan motivasi peserta didik dalam pembelajaran sejarah. Faktor yang mempengaruhi motivasi peserta didik yaitu, “keinginan berhasil atau dorongan kebutuhan untuk belajar, harapan akan cita-cita yang hendak dicapai, penghargaan dan lingkungan belajar yang kondusif serta kegiatan belajar yang menarik”(Hamzah, 2007:23). Kegiatan pembelajaran

sejarah di SMA Muhammadiyah 1 Palembang dalam penelitian ini telah diterapkannya *Ice breaking*, sehingga mempengaruhi motivasi peserta didik dalam belajar hal ini dapat dilihat dalam penjelasan berikut.

Faktor pertama, peserta didik cenderung lebih termotivasi jika mereka dilibatkan secara aktif dalam aktivitas *Ice breaking*. Faktor kedua, aktivitas *Ice breaking* yang relevan dengan materi atau konteks pelajaran sejarah akan lebih menarik bagi peserta didik. Faktor ketiga, variasi dalam jenis kegiatan *Ice breaking* dapat menjaga minat dan motivasi peserta didik. Faktor keempat, aktivitas *Ice breaking* yang menyenangkan dapat meningkatkan kepuasan peserta didik dan membuat peserta didik lebih termotivasi. Terakhir peserta didik lebih termotivasi jika mereka memahami tujuan dari aktivitas *Ice breaking* tersebut.

3. Persepsi Peserta didik terhadap Efektivitas *Ice Breaking* dalam Pembelajaran Sejarah

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti melalui observasi wawancara tanggal 16 Mei 2024 terdapat hasil data persepsi dari peserta didik yang dirangkum pada data wawancara sebelum diterapkannya teknik *Ice breaking* ini, peserta didik memberikan persepsinya pada pertanyaan yang diajukan peneliti. Persepsi yang didapatkan bahwa sebagian besar peserta didik menyimpulkan pembelajaran sejarah itu membosankan karena materi yang diajarkan kebanyakan menggunakan metode ceramah dan menghafal. Dampaknya peserta didik merasa mengantuk saat pelajaran sejarah

berlangsung, dan peserta didik merasa pelajaran sejarah kurang menarik serta kurang bersemangat dalam proses belajar di kelas. Setelah diterapkannya *Ice breaking*, motivasi dan persepsi peserta didik terhadap pembelajaran sejarah dapat bervariasi. Peserta didik di kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang ini mengungkapkan bahwa penggunaan *Ice breaking* ini memberikan motivasi, mengurangi kebosanan dalam pembelajaran sejarah yang sering dianggap monoton, membangkitkan minat belajar peserta didik, membuat pelajaran sejarah yang tadinya terasa lama menjadi terasa lebih cepat, membuat peserta didik antusias, berpartisipasi serta dapat meningkatkan keterlibatan peserta didik dalam kegiatan pembelajaran sejarah. Sehingga kegiatan *Ice breaking* dapat mengurangi stres dan kecemasan yang dialami peserta didik saat proses pembelajaran berlangsung, serta dapat membantu aktivitas peserta didik dalam proses pembelajaran yang membuat suasana kelas lebih santai, menyenangkan dan membuat peserta didik akan lebih siap dalam belajar.

Berdasarkan dari data wawancara dengan peserta didik dapat disimpulkan bahwa, motivasi dan persepsi peserta didik terhadap *Ice breaking* pada pembelajaran sejarah kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang ini memiliki motivasi yang sangat baik, mulai dari didapatkannya tujuan *Ice breaking* dalam pembelajaran sejarah untuk mengembalikan konsentrasi peserta didik yang terpecah. Selanjutnya mempersiapkan peserta didik menerima pembelajaran sejarah, membuat peserta didik lebih fokus

Trie Dkk, Implementasi ICE BREAK....

pada pembelajaran sejarah, dan mengatasi kejenuhan saat proses pembelajaran sejarah. Lebih lanjut berdasarkan data angket, teknik *Ice breaking* ini dapat mengurangi kebosanan dalam pembelajaran sejarah yang sering dianggap monoton, membangkitkan minat belajar peserta didik dan juga membuat pelajaran sejarah yang tadinya terasa lama menjadi terasa lebih cepat. Pada akhirnya membuat pembelajaran sejarah dapat diikuti oleh peserta didik secara antusias, dan dapat berpartisipasi serta dapat meningkatkan keterlibatan peserta didik dalam proses kegiatan pembelajaran sejarah di kelas.

B. Penerapan *Ice Breaking* pada Pembelajaran Sejarah dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Palembang

Sesudah penerapan *Ice breaking* sebelumnya pada mata pelajaran sejarah pendidik harus mempunyai strategi penerapan yang efektif bagi peserta didik, namun disamping itu terdapat kendala dan tantangan yang harus dihadapi ketika menerapkan *Ice breaking*.

1. Strategi Penerapan *Ice Breaking* yang Efektif bagi Peserta Didik

Strategi penerapan *Ice breaking* dalam pembelajaran sejarah dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang ini dengan cara menghubungkan *Ice breaking* dengan topik sejarah atau materi sejarah. Peneliti menggunakan tiga macam strategi penerapan *Ice breaking* dalam penelitian yaitu:

Strategi penerapan *Ice breaking* **pertama** peneliti menggunakan *Ice breaking* senam atau peregangan untuk memulai pembelajaran sejarah atau pada saat pembukaan pembelajaran sejarah. Pemilihan senam atau peregangan untuk

strategi penerapan *Ice breaking* pertama ini, karna kelas yang diteliti oleh peneliti adalah kelas yang memiliki pembelajaran sejarah pada jam terakhir atau 2 jam sebelum pulang, sehingga cocok untuk diterapkannya *Ice breaking* senam atau peregangan. Penerapan ini bertujuan untuk membuat otot-otot pada tubuh yang tadinya tegang akan menjadi rileks sehingga peserta didik dapat memulai pembelajaran dengan baik setelah peserta didik jenuh dengan pembelajaran sebelumnya.

Strategi penerapan *Ice breaking* **kedua** peneliti menerapkan *Ice breaking game* atau permainan dilakukan pada saat inti pembelajaran sejarah. Penerapan ini dilakukan melihat kondisi kelas yang sudah tidak kondusif lagi, sehingga sebagian peserta didik banyak yang merasa jenuh, bosan, mengantuk, dan tidak fokus untuk memperhatikan materi yang sedang diajarkan. Oleh karna itu *Ice breaking game* atau permainan diasiasi untuk mengatasi hal tersebut, ketika proses belajar berlangsung permainan dilakukan setelah materi pembelajaran diberikan. Permainan yang diterapkan oleh peneliti adalah permainan menyusun piramida secara berkelompok dengan menggunakan gelas plastik yang bertujuan untuk mengembalikan semangat, kefokuskan, konsentrasi, kekompakan, kecepatan dan ketepatan dalam menjawab pertanyaan yang diberikan serta membuat peserta didik mampu memperhatikan serta menanggapi pertanyaan tentang materi yang dipelajari. Dengan diterapkannya *Ice breaking* ini dapat membuat antusias peserta didik dalam proses pembelajaran yang tadinya jenuh, bosan, mengantuk, dan tidak memperhatikan materi yang diajarkan. Setelah diterapkannya *Ice breaking game* atau permainan membuat peserta didik menjadi lebih aktif, antusias serta termotivasi dalam proses pembelajaran sejarah.

Strategi penerapan *Ice breaking* **ketiga** digunakan pada saat penutup yaitu dengan tepuk tangan. Peneliti menggunakan *Ice breaking* tepuk tangan, karena mudah diterapkan serta dengan menggunakan *Ice breaking* tepuk tangan secara tidak langsung meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, memberikan apresiasi atas antusias serta semangat dalam proses pembelajaran sejarah yang berlangsung. *Ice breaking* tepuk tangan dilakukan pada saat diakhir atau penutup dalam proses pembelajaran sejarah.

Dengan penerapan *Ice breaking* yang tepat, maka motivasi belajar peserta didik dalam pembelajaran sejarah dapat meningkat, karena peserta didik merasa lebih terlibat, bersemangat, dan siap untuk menerima materi pembelajaran sejarah dengan baik.

2. Kendala dan Tantangan dalam Penerapan *Ice Breaking* di Kelas X

Penerapan *Ice breaking* dalam pembelajaran sejarah memiliki tujuan untuk membangun suasana kelas menjadi lebih santai, serta dapat membuat peserta didik nyaman, aktif, antusias dan termotivasi dalam proses pembelajaran sejarah. Akan tetapi tujuan tersebut tidak terlepas dari beberapa kendala dan tantangan dalam penerapannya, maka dari itu terdapat beberapa kendala dan tantangan dalam penerapan *Ice breaking* di kelas X sebagai berikut.

Penerapan *Ice breaking* pada pembelajaran sejarah di kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang sebagai tempat penelitian penulis memiliki kendala dan tantangan yaitu mengenai waktu, manajemen kelas, dan alat peraga. Kendala pada sesi waktu yaitu, berupa waktu yang terbatas dalam sesi pembelajaran sejarah, terutama jika waktu sesi pembelajarannya terbagi menjadi 2

sesi yaitu sesi pertama sebelum istirahat dan sesi kedua sesudah istirahat. Mengenai manajemen kelas atau mengelola kelas selama *Ice breaking* bisa menjadi tantangan, terutama dalam menjaga ketertiban dan memastikan semua peserta didik terlibat dan berpartisipasi. Serta memerlukan alat peraga atau persiapan khusus untuk aktivitas *Ice breaking*. Pendidik harus memastikan bahwa mereka memiliki semua sumber daya yang diperlukan dan cukup waktu untuk persiapan.

Dalam kajian penelitian yang relevan juga terdapat kendala yang dihadapi oleh peneliti tersebut berupa, penerapan *Ice breaking* harus disesuaikan dengan kondisi masing-masing. Pendidik diharapkan dapat memberikan metode pembelajaran tidak hanya sebatas materi dan memberikan tugas pada peserta didik, tetapi pendidik harus mampu mengubah kondisi belajar menjadi menyenangkan dan dapat mengembalikan motivasi serta kefokusan peserta didik dalam belajar. Pendidik membutuhkan kreativitas yang tinggi untuk menciptakan dan melaksanakan *Ice breaking* yang cocok untuk diterapkan di dalam kelas. Pendidik sebisa mungkin dapat mengatur waktu antara materi pembelajaran dengan penerapan *Ice breaking* agar tidak menghabiskan banyak dan waktu tidak terbuang sia-sia. Hal ini ternyata juga terjadi dalam pembelajaran sejarah yang peneliti lakukan dilapangan. Sehingga, penerapan *Ice breaking* pada pembelajaran sejarah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang dilakukan dengan cara

Trie Dkk, Implementasi ICE BREAK....

menghubungkan *Ice breaking* dengan topik sejarah atau materi sejarah, dengan menggunakan tiga macam strategi penerapan *Ice breaking* dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik yaitu, strategi penerapan *Ice breaking* pertama menggunakan *Ice breaking* senam atau peregangan untuk memulai pembelajaran sejarah atau pada saat pembukaan pembelajaran sejarah. Bertujuan untuk membuat otot-otot pada tubuh yang tadinya tegang akan menjadi rileks sehingga peserta didik dapat memulai pembelajaran dengan baik setelah peserta didik jenuh dengan pembelajaran sebelumnya. Strategi penerapan *Ice breaking* kedua menerapkan *Ice breaking game* atau permainan dilakukan pada saat inti pembelajaran sejarah. Bertujuan untuk mengembalikan semangat, kefokuskan, serta konsentrasi peserta didik dalam proses pembelajaran sejarah. Strategi penerapan *Ice breaking* ketiga digunakan pada saat penutup yaitu dengan tepuk tangan, bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik, memberikan apresiasi atas antusias serta semangat dalam proses pembelajaran sejarah.

C. Hasil Ice Breaking pada Pembelajaran Sejarah dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Palembang

Setelah diterapkannya *Ice breaking* pada pembelajaran sejarah terdapat pengaruh terhadap motivasi peserta didik serta umpan balik dari peserta didik mengenai aktivitas dalam pembelajaran sejarah.

1. Pengaruh *Ice Breaking* terhadap Motivasi Belajar Sejarah Peserta Didik Kelas X

Pengaruh *Ice breaking* terhadap motivasi belajar sejarah pada peserta didik kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Palembang menghasilkan peningkatan motivasi peserta didik dalam pembelajaran sejarah, dengan menunjukkan hasil dari penerapan *Ice breaking* berikut.

Hasil dari penerapan *Ice breaking* pada pembelajaran sejarah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik dapat dilihat dari hasil penelitian yaitu, sesuai dengan jawaban peserta didik banyak yang menjawab sangat setuju dan setuju pada pernyataan tentang *Ice breaking* pada mata pelajaran sejarah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Dari hasil perhitungan melalui uji hipotesis dengan menggunakan *Man Whitney*, perhitungan dibantu dengan aplikasi *SPSS 29* mendapatkan hasil 0,000 dengan dasar pengambilan keputusan yaitu jika nilai signifikasinya (*2-tailed*) < dari 0.05 atau lebih kecil dari 5% maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sehingga dari hasil tersebut diketahui 0,000 dengan < 0.05 atau lebih kecil dari 5% maka dari hasil tersebut didapatkan H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pada penerapan *Ice breaking* pada mata pelajaran sejarah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang. Artinya hasil dari penerapan *Ice breaking* saat proses pembelajaran sejarah berlangsung dapat membawa perubahan terhadap motivasi belajar

peserta didik kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang.

Secara keseluruhan, hasil dari penerapan *Ice breaking* dalam pembelajaran sejarah menunjukkan bahwa teknik ini dapat secara signifikan meningkatkan motivasi belajar peserta didik, dengan berbagai manfaat tambahan yang mendukung lingkungan belajar peserta didik lebih positif dan produktif sehingga peserta didik lebih antusias serta semangat dalam proses pembelajaran berlangsung, yang menyebabkan peserta didik nyaman akan adanya perubahan dalam proses pembelajaran ini serta dapat memberikan gaya baru dalam proses pembelajaran tidak hanya metode ceramah dan menghafal saja.

2. Umpan Balik Peserta Didik mengenai Aktivitas *Ice Breaking* dalam Pembelajaran Sejarah

Umpan balik (*feedback*) dapat diartikan sebagai “pemberian informasi yang diperoleh dari tes atau alat ukur lainnya kepada peserta didik untuk memperbaiki atau meningkatkan pencapaian atau hasil belajar” (Khuluqo, 2017:213). Dari pendapat tersebut dapat dipahami bahwa umpan balik merupakan suatu respon yang diberikan oleh pendidik kepada peserta didik untuk memperoleh informasi dengan tujuan pencapaian suatu hasil.

Peserta didik menanggapi bahwa aktivitas *Ice breaking* dalam pembelajaran sejarah sangat membantu dalam berlangsungnya proses pembelajaran. Hal ini dapat ditegaskan dengan umpan balik dari peserta didik melalui kuesioner yang telah dibagikan sehingga mendapatkan umpan balik atau

feedback dari peserta didik. Peserta didik merasa senang dengan pelajaran sejarah, selalu bersemangat ketika ada pelajaran sejarah dan tidak merasa bosan ketika pelajaran sejarah. Selain itu peserta didik merasa *Ice breaking* mampu membangkitkan minat belajar serta dapat termotivasi dengan adanya *Ice breaking* saat belajar, sehingga pembelajaran sejarah yang tadinya terasa lama menjadi terasa lebih cepat dengan menggunakan teknik *Ice breaking*. Selanjutnya peserta didik merasa pembelajaran sejarah lebih seru dengan menggunakan teknik *Ice breaking*, tidak merasa mengantuk saat pelajaran sejarah berlangsung dengan diterapkannya teknik *Ice breaking* dan peserta didik merasa rugi jika pelajaran sejarah terlewatkan karena terlambat atau tidak masuk sekolah.

Peserta didik memberikan umpan balik bahwa peserta didik menikmati variasi dalam aktivitas *Ice breaking*, yang membuat peserta didik merasa bahwa *Ice breaking* yang berkaitan dengan materi pelajaran sejarah dapat membantu memahami dan mengingat materi pembelajaran sejarah dengan cara permainan atau kuis sejarah. *Ice breaking* membantu peserta didik lebih termotivasi untuk belajar karena suasana kelas menjadi lebih menyenangkan dan menarik. *Ice breaking* dapat menciptakan lingkungan belajar yang aktif. *Ice breaking* membantu mengurangi kebosanan, meningkatkan keterlibatan, dan membangun suasana kelas yang lebih positif dan kondusif untuk belajar. Selain itu, *Ice breaking* juga dapat meningkatkan keterampilan sosial dan kerja sama antar peserta didik, yang mendukung dinamika kelas yang lebih baik.

Trie Dkk, Implementasi ICE BREAK....

Dengan perencanaan yang matang dan variasi dalam manfaat *Ice breaking* untuk mencapai hasil belajar yang lebih baik dalam pembelajaran sejarah.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pada penerapan *Ice breaking* pada mata pelajaran sejarah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang. Hasil tersebut diperoleh dari perhitungan melalui uji hipotesis dengan menggunakan *Man Whitney*, dibantu aplikasi *SPSS 29* sehingga mendapatkan hasil 0,000 dengan dasar pengambilan keputusan yaitu jika nilai signifikasinya (*2-tailed*) < dari 0.05 atau lebih kecil dari 5% maka H₀ ditolak dan H₁ diterima. Artinya hasil dari penerapan *Ice breaking* saat proses pembelajaran sejarah berlangsung dapat membawa perubahan terhadap motivasi belajar peserta didik kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang.

Simpulan

Motivasi dan persepsi peserta didik terhadap *Ice breaking* pada pembelajaran sejarah kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang ini memiliki motivasi yang sangat baik, mulai dari didapatkannya tujuan *Ice breaking* dalam pembelajaran sejarah untuk mengembalikan konsentrasi peserta didik yang terpecah. Selanjutnya mempersiapkan peserta didik menerima pembelajaran sejarah, membuat peserta didik lebih fokus pada pembelajaran sejarah, dan mengatasi kejenuhan saat proses pembelajaran sejarah. Lebih lanjut, teknik *Ice breaking* ini dapat mengurangi kebosanan dalam pembelajaran sejarah yang sering

dianggap monoton, membangkitkan minat belajar peserta didik dan juga membuat pelajaran sejarah yang tadinya terasa lama menjadi terasa lebih cepat. Pada akhirnya membuat pembelajaran sejarah dapat diikuti oleh peserta didik secara antusias, dan dapat berpartisipasi serta dapat meningkatkan keterlibatan peserta didik dalam proses kegiatan pembelajaran sejarah di kelas.

Penerapan *Ice breaking* di kelas X memiliki kendala dan tantangan yaitu mengenai waktu, manajemen kelas, dan alat peraga. Kendala pada sesi waktu yaitu, berupa waktu yang terbatas dalam sesi pembelajaran sejarah, terutama jika waktu sesi pembelajarannya terbagi menjadi 2 sesi yaitu sesi pertama sebelum istirahat dan sesi kedua sesudah istirahat. Mengenai manajemen kelas atau mengelola kelas selama *Ice breaking* bisa menjadi tantangan, terutama dalam menjaga ketertiban dan memastikan semua peserta didik terlibat dan berpartisipasi. Serta memerlukan alat peraga atau persiapan khusus untuk aktivitas *Ice breaking*. Pendidik harus memastikan bahwa mereka memiliki semua sumber daya yang diperlukan dan cukup waktu untuk persiapan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pada penerapan *Ice breaking* pada mata pelajaran sejarah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang. Hasil tersebut diperoleh dari perhitungan melalui uji hipotesis dengan menggunakan *Man Whitney*, dibantu aplikasi *SPSS 29* sehingga mendapatkan hasil 0,000 dengan

dasar pengambilan keputusan yaitu jika nilai signifikasinya (*2-tailed*) < dari 0.05 atau lebih kecil dari 5% maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artinya hasil dari penerapan *Ice breaking* saat proses pembelajaran sejarah berlangsung dapat membawa perubahan terhadap motivasi belajar peserta didik kelas X SMA Muhammadiyah 1 Palembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahyani, Nur. (2015). Analisis Kebutuhan Model Pembelajaran Sejarah SMA di Kota Palembang. *Jurnal upgris*, 849-804.
- Ambini, R. (2016). Meningkatkan Motivasi Belajar IPS Melalui Pemberian Ica breaking Pada Peserta didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri. *Monggang. Basic Education*, Vol. 5, No. 29.
- Asmara, Yeni. (2019). pembelajaran sejarah menjadi bermakna dengan pendekatan kontekstual. *Jurnal Pendidikan Sejarah dan Riset Sosial Humaniora* 2 (2): 105-120.
- Astuti, Febbi., Muhammad Idris., Kabib Sholeh. (2021). Kalpataru. *Jurnal Sejarah dan Pembelajaran Sejarah*, 7(1), 6311.
- Brehm, S.S., & Kassir, S. M. (1996). *Social Psychology*. New Jersey : Mifflin.
- Djamarah, S.B dan Zain, A. (2006). *Staregi Belajar Mengajar*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Haifaturahman. (2020). Pelatihan Ice breaking Bagi Pendidik SD sebagai Upaya Optimalisasi Kegiatan Awal Pembelajaran Di Kelas. *Journal of Character Education Society*. Vol.3, No.1,(2020), 70-77.
- Hamalik, O. (2006). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Hamzah, B. Uno. (2007). *Model*

- Pembelajaran: Menciptakan Proses Belajar Mengajar yang Kreatif dan Efektif*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Ihsan, faud. (2011). *Dasar-Dasar Kependidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Khuluqo, Ihsana El. (2017). *Belajar dan Pembelajaran*. Yogyakarta: Pusat Pelajar.
- Mardiani, Nofiyah., Umasih., & Murni Winarsih. (2019). Materi sejarah masa hindu-buddha dan penggunaan sumber belajar sejarah dalam pembelajarannya di SMK .*Tamaddun* Vol. 7, No. 02, 328-347.
- Sadirman. (2011). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rajagrafiindo.
- Sanjaya, Wina. (2007). *Kurikulum dan Pembelajaran, Teori dan Praktik Pengembangan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*. Jakarta : Kencana.
- Schaufeli, W.B. & Enzmann, D. (1998). *Schaufeli, W.B. & Enzmann, D. (1998). The Burnout Companion to Study and Practice: A Critical Analysis*. United Kingdom: CRC Press.
- Septiyaningsih, Imada Cahya. (2016). Pengaruh pemanfaatan penugasan berbasis proyek tentang sejarah kota lama terhadap motivasi belajar sejarah kelas XI SMA Negeri 3 Semarang. *Indonesian Journal of History Education*, 4 (1), 17-24.
- Sumanto. (1995). *Sumanto, Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan Aplikasi Metode Kuantitatif dan Statistika dalam Penelitian*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Sunarto. (2012). *Ice breaking Dalam Pembelajaran Aktif*. Surakarta: Cakrawala Media.
- Uno. (2008). *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: PT Bumi Aksara.