

PEMBELAJARAN MENGGAIRAHKAN DENGAN *ICE BREAKING*

Moh. Fatih Luthfi
Institut Agama Islam Tarbiyatut Tholabah Lamongan, Indonesia
E-mail: qalqasyandy@gmail.com

Abstract: *The duration ability of human concentration is limited to the age of each individual. The brain can focus for a certain period of time, then have to diffuse the focus. According to DePORTER (2000) the general formula for terms of focus is the age of the brain = the number of focus minutes. For example, the age of 12 students, the number is equal to the number of minutes their brains can focus. After 12 minutes it's time to practice the diffusion for 3-4 minutes, take a break! with ice breaking one of them.*

Keywords: *Concentration, Ice Breaking*

Pendahuluan

Setiawan dalam buku kecilnya *Ice Breakers* (2009) menyebut *ice breaking* sebagai “*energizer*” atau “*refocus*”, sebagai teknik yang digunakan dalam suatu forum untuk memecahkan kebekuan dan kejenuhan yang terjadi dalam forum tersebut. Alasan penggunaannya, audien/siswa perlu dilibatkan dalam forum sehingga muncul *sense of belonging* dan kebersamaan, adanya kejenuhan bila suasana belajar dalam waktu yang relatif lama, keterbatasan konsentrasi tiap orang dalam menerima informasi, dan beragamnya kondisi (modalitas belajar) para siswa sebelum proses pembelajaran.

Dalam proses pembelajaran di kelas, *ice breaking* dibutuhkan oleh guru dan siswa. Tujuan dari penggunaan *ice breaking* antara lain:

1. Mengarahkan otak agar berada pada kondisi gelombang alfa (8 s.d 12 Hz),
2. Membangun kembali suasana belajar agar serius, santai, dan menyenangkan,
3. Menjaga stabilitas kondisi fisik maupun psikis audien/siswa agar senantiasa *fresh* dan nyaman dalam menyerap informasi.

Adapun manfaat dari penggunaan *ice breaking* dalam pembelajaran di kelas adalah:

1. Terjadinya proses penyampaian dan penyerapan informasi secara optimal dan maksimal,
2. Tumbuhnya motivasi guru dan siswa dalam proses pembelajaran,
3. Memperkuat hubungan antara guru dengan siswa.

Ice breaking dalam konteks pembelajaran di kelas memang digunakan untuk mencairkan suasana, menjaga konsentrasi belajar, membina hubungan baik antar warga kelas, pun dapat digunakan untuk menajamkan ingatan dalam pelajaran. Penggunaan *ice breaking* bagi guru berguna mengangkat citra positif pembelajaran, sedangkan bagi siswa pembelajaran menjadi tidak menjemukan tetapi menyenangkan. Dengan *ice*

breaking seorang guru juga dapat mengakomodir modalitas belajar siswa, baik gaya belajar V-A-K, *multiple intelligences* siswa, atau mengaktifkan IQ, EQ, dan SQ siswa¹.

Waktu Penggunaan

Ice breaking diterapkan pada waktu pembelajaran berlangsung melewati batas usia minat fokus siswa, dapat pula diberikan ketika guru melihat ada kejenuhan pada diri siswa, atau diberikan saat materi pembelajaran memiliki keterkaitan dengan teknik dan materi *Ice breaking* yang diberikan².

Ragam Teknik Ice Breaking

Ada beberapa teknik yang dapat dilakukan dalam *ice breaking*, di antaranya:

1. Tepuk
Menepukkan tangan merupakan kegiatan yang cukup mudah dan langsung bisa diterapkan tanpa perlu persiapan yang rumit dan panjang. Waktu yang diperlukan untuk bertepuk antara 1 – 3 menit.
2. Senam/gerak
Menggerakkan tangan, kaki, atau organ tubuh yang lain secara bergantian atau bersamaan, secara sederhana yang mudah dilakukan, tidak terlalu menguras tenaga atau memeras keringat, tidak membahayakan, dan mengandung unsur kegembiraan. Untuk kegiatan senam diperlukan waktu 1 – 5 menit.
3. Menyanyi
Menyanyi, nasyid, atau langgam merupakan kegiatan yang disukai banyak orang mulai anak-anak hingga dewasa. Menyanyi membuat suasana kelas menjadi ceria kembali. Guru sedikit berkreasi, mengubah (bukan merusak) syair lagu yang sedang “in” atau familiar tanpa mengganti nada, dan tentunya dikemas secara mendidik. Waktu menyanyi diperlukan 3 sampai 5 menit.
4. Permainan
Game atau permainan dalam *ice breaking* adalah kegiatan simulasi yang melibatkan audien/siswa mencerminkan suatu hikmah atau teladan tertentu. Waktu yang diperlukan dalam permainan antara 1 sampai 5 menit.
5. Bercerita
Bercerita (*story telling*) merupakan kegiatan menyampaikan suatu kisah, baik yang nyata, berdasarkan kenyataan, atau yang bersifat fiksi yang mengandung hikmah atau teladan. Bercerita memerlukan 2 – 4 menit lamanya.
6. Teka-teki atau tebakan

¹ Gaya belajar V-A-K, adalah gaya belajar individu yang cenderung menyukai V (visual), A (Auditorial) atau K (Kinestetik).

Multiple Intelligences menurut Howard Gardner dapat disingkat dengan S-L-I-M-N-B-I-L (Spatial-visual, Logic-mathematic, Interpersonal, Musical, Naturalis, Bodily-language, Intrapersonal, dan Linguistic).

IQ (*Intelligence Quotient*), takaran kecerdasan memecahkan masalah pada individu.

EQ (*Emotional Quotient*), takaran kecerdasan individu dalam manajemen emosi dengan baik, benar, dan tepat.

SQ (*Spiritual Quotient*), takaran kecerdasan individu untuk menyelaraskan daya dan kemampuan, pemikiran, sikap, dan tindakan dengan tuntunan syar'iah Allah, *rabbul 'alamin*.

² Bagi audien yang berusia dewasa, apakah *ice breaking* diberikan sesuai usia mereka? Tidak selalu, dan fokus mereka dapat dikendalikan dengan teknik yang lebih beragam, meskipun *ice breaking* juga diminati. Misalnya banyak dilibatkan langsung dalam performance, teknik penyampaian materi yang humoris, dll.

Teka-teki, tebakkan, atau kuiz adalah kegiatan merangsang rasa ingin tahu siswa serta membangun kreativitas siswa dalam membuat jawaban permasalahan dari sisi yang unik. Kegiatan ini melibatkan kognisi lebih kuat karena dituntut menjawab sedangkan waktunya cukup 1 sampai 2 menit.

7. Kalimat indah dan bermakna

Menyajikan kata-kata atau kalimat yang inspiratif, positif, dan memotivasi pembelajaran yang berisi hikmah dan teladan. Waktu yang diperlukan antara 2 – 4 menit.

8. Film

Pemutaran film yang positif, inspiratif, dan memotivasi siswa dapat dilakukan oleh guru dalam mengisi kebosanan atau kejenuhan suasana kelas. Durasi pemutaran film tidak melebihi waktu 5 menit.

Guru sebagai fasilitator pembelajaran sedapat mungkin menyajikan *ice breaking* yang tetap bermakna, positif, dan *match* dengan materi pembelajaran, bukan sekedar jeda, tetapi jeda yang berguna. Sehingga tidak meninggalkan prinsip pembelajaran:

1. *Learning how to learn* (belajar bagaimana seharusnya belajar suatu pengetahuan)
2. *Learning how to think* (belajar bagaimana berpikir sesuai dengan prinsip keilmuan)
3. *Learning how to do* (belajar bagaimana berbuat untuk menjadi terampil)
4. *Learning how to live together* (belajar bagaimana memiliki manfaat dalam kehidupan serta bernilai sosial dan budaya).

Bagi guru, menyiapkan *ice breaking* dalam pembelajaran sama dengan mengup-grade kompetensi paedagogis, pribadi, sosial, dan profesionalnya. Guru wajib berupaya keras dan cerdas (*work hard and smart*) untuk keluar dari pusaran Kegiatan Belajar Mengajar (*learning-teaching*) sebab paradigma pendidikan dewasa ini adalah Mengajar Belajar (*learning-teaching*) yang fokus utamanya adalah siswa sebagai aktor utama belajar. Selamat menjadi *Ice Breakers*.

Daftar Pustaka

- DePorter, Bobbi. Reardon, Mark, dan Singer-Nourie, Sarah. (2000). *Quantum Teaching; mempraktikkan quantum learning di ruang-ruang kelas*. Bandung: Penerbit Kaifa
- Harefa, Andreas. (2001). *Pembelajaran Di Era Serba Otonomi*. Jakarta: Penerbit Buku Kompas
- Setiawan, Aries. (2009). *Ice Breakers For Teachers*. Surabaya: Eduvison press.