ISSN: 2549-8959 (Online - Elektronik)
page 1150-1156
Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini
journal homepage: https://obsesi.or.id/index.php/obsesi

Efektivitas Metode *Ice Breaking* Terhadap Peningkatan Konsentrasi Belajar Anak Usia 5-6 Tahun

Dwi Sakiya Handayani [a]✉, **Wahyu Septiadi** [b]
[a b] Pendikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, STKIP Melawi, Indonesia
DOI: 10.31004/obsesi.v10i2.8208

Abstrak

Rendahnya konsentrasi belajar masih menjadi permasalahan yang sering ditemukan dalam pembelajaran anak usia dini dan dapat menghambat ketercapaian tujuan pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas metode ice breaking dalam meningkatkan konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *pre-eksperimental* melalui desain *one group pretest–posttest*. Sampel penelitian terdiri atas 26 anak kelompok B yang ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui tes konsentrasi belajar yang disusun berdasarkan indikator konsentrasi belajar anak usia dini dan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan bantuan perangkat lunak SPSS, karena data tidak berdistribusi normal dan jumlah sampel relatif kecil sehingga memerlukan uji statistik nonparametrik. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan konsentrasi belajar anak setelah penerapan metode ice breaking. Temuan ini mengindikasikan bahwa metode ice breaking berpotensi menjadi strategi pembelajaran yang mendukung peningkatan konsentrasi belajar anak usia dini, meskipun diperlukan penelitian lanjutan dengan desain yang lebih kuat untuk memperkuat generalisasi temuan.

Kata Kunci: *ice breaking, konsentrasi belajar, anak usia dini*

Abstract

Low levels of learning concentration remain a common problem in early childhood education and can hinder the achievement of learning objectives. This study aimed to examine the effectiveness of the ice-breaking method in improving the learning concentration of children aged 5–6 years. The research employed a quantitative approach using a pre-experimental method with a one-group pretest–posttest design. The research sample consisted of 26 children from Group B, selected using purposive sampling techniques. Data were collected through a learning concentration test developed based on indicators of early childhood learning concentration and were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test with the assistance of SPSS software, as the data were not normally distributed and the sample size was relatively small, thus requiring a nonparametric statistical test. The results showed an increase in children's learning concentration after the implementation of the ice-breaking method. These findings indicate that the ice-breaking method has the potential to serve as a learning strategy that supports the improvement of learning concentration in early childhood, although further studies with stronger research designs are needed to enhance the generalizability of the findings.

Keywords: *ice breaking*, learning concentration, early childhood

Copyright (c) 2026 Dwi Sakiya Handayani & Wahyu Septiadi
✉ Corresponding author: Dwi Sakiya Handayani
E-mail address: dwisakiya25@gmail.com (Kalimantan Barat, Indonesia)
Received 13 February 2026, Accepted 4 April 2026, Published 4 April 2026

Pendahuluan

Konsentrasi belajar merupakan prasyarat utama keberhasilan pembelajaran pada pendidikan anak usia dini. Secara ideal, pembelajaran di PAUD dirancang agar aktif, menyenangkan, dan sesuai dengan tahap perkembangan sehingga mampu mempertahankan fokus anak dalam rentang waktu tertentu. Menurut Wahyuni

DOI: 10.31004/obsesi.vxix.xxx

dan Suryana (2023), pembelajaran yang sesuai dengan perkembangan meletakkan dasar bagi pembelajaran di masa depan dengan mendorong anak untuk berpikir kreatif, memecahkan masalah sederhana, dan mengembangkan ide-ide baru. Memberikan stimulasi pendidikan yang mendorong perkembangan fisik dan spiritual yang optimal sejak lahir hingga usia enam tahun dikenal sebagai Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Maulida & Afrianingsih, 2024). Dengan demikian, PAUD mewajibkan pendekatan pembelajaran yang menarik dan sesuai dengan usia anak (Khalisha & Gustiana, 2024).

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di TK Negeri Pembina Nanga Pinoh, ditemukan bahwa masih terdapat anak usia 5–6 tahun yang kurang fokus dan mudah teralihkan perhatiannya selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Beberapa siswa tampaknya tidak tertarik dengan apa yang mereka pelajari dan tampaknya tidak aktif berpartisipasi di kelas. Selain itu, kegiatan *ice breaking* bukanlah bagian dari rencana pembelajaran dan tidak dimaksudkan untuk menjadi bagian tetap. Mengingat kenyataan ini, jelas bahwa perlu dilakukan segala yang kita bisa untuk membantu anak-anak lebih fokus di kelas dengan menggunakan strategi pengajaran interaktif yang sesuai dengan usia. Pada praktik pembelajaran anak usia dini masih sering dijumpai permasalahan terkait rendahnya konsentrasi belajar anak. Pola pembelajaran yang kurang variatif, cenderung menuntut anak untuk duduk diam dalam waktu lama, serta membatasi aktivitas gerak dan verbal dapat menyebabkan anak mudah merasa jenuh dan kehilangan fokus (Puspita, 2023). Kondisi ini berdampak pada kurang optimalnya keterlibatan anak dalam menyelesaikan tugas pembelajaran.

Kemampuan konsentrasi anak usia dini belum stabil dan sangat dipengaruhi oleh stimulus lingkungan belajar. Fitria et al. (2023) menjelaskan bahwa distraksi eksternal dan kejenuhan menjadi faktor utama menurunnya fokus belajar anak. Khotimah et al. (2021) menegaskan bahwa tanpa konsentrasi yang memadai, proses internalisasi materi tidak berlangsung optimal. Tingkat konsentrasi seseorang dapat didefinisikan sebagai kapasitas mereka untuk fokus pada satu hal dalam satu waktu (Putri & Widiastuti, 2019). Konsentrasi dapat dimaknai sebagai kemampuan individu dalam memberikan perhatian secara penuh dengan mengabaikan berbagai gangguan yang muncul. Kemampuan konsentrasi yang baik diperlukan anak untuk menyelesaikan beragam tugas yang diberikan selama proses pembelajaran (Anindita et al., 2021).

Salah satu strategi yang dinilai potensial adalah metode *ice breaking*. *Ice breaking* merupakan kegiatan singkat yang disisipkan dalam proses pembelajaran dengan tujuan mencairkan suasana, mengurangi kejenuhan, serta menarik kembali perhatian anak (Maqrisa et al., 2024). *Ice breaking* merupakan aktivitas interaktif yang dirancang sebagai strategi penyegar dalam proses pembelajaran ketika suasana mulai menunjukkan tanda-tanda kejenuhan atau penurunan semangat. Melalui kegiatan ini, kondisi belajar yang semula kurang kondusif dapat dialihkan menjadi lebih rileks, positif, dan kembali berenergi sehingga mendukung kesiapan anak untuk melanjutkan pembelajaran (Tahsinia et al., 2023). Menurut Said yang dikutip dalam (Iskandar et al., 2023), *ice breaking* adalah strategi berbasis permainan yang digunakan untuk mengatasi kekakuan suasana dalam kelompok. Implementasinya fleksibel dan dapat dilakukan sebelum, selama, atau setelah kegiatan inti pembelajaran melalui aktivitas seperti bermain, bergerak, maupun bernyanyi.

Penelitian yang dilakukan Ismi et al. (2021) yang berjudul Penggunaan " Ice Breaking " Terhadap Konsentrasi Belajar Anak Usia Dini, telah menunjukkan bahwa *ice breaking* berpengaruh terhadap konsentrasi belajar anak usia dini, pengukuran konsentrasi dalam studi tersebut belum dioperasionalisasikan melalui indikator kognitif yang rinci. Penelitian ini memperluas dan memperdalam temuan tersebut dengan mengukur konsentrasi secara sistematis melalui empat aspek atensi yang terstruktur serta menggunakan desain *pretest–posttest* untuk mengidentifikasi perubahan skor secara kuantitatif. Dengan demikian, penelitian ini tidak sekadar mereplikasi temuan sebelumnya, tetapi memberikan kontribusi metodologis dan empiris yang lebih kuat dalam menguji efektivitas *ice breaking* terhadap kemampuan konsentrasi anak usia 5–6 tahun. Penelitian selanjutnya oleh Nurkholifah et al. (2023) dalam penggunaan metode *ice breaking* sebagai strategi untuk meningkatkan kualitas proses pembelajaran. Keduanya sama-sama memandang *ice breaking* sebagai aktivitas yang dapat menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dan mengurangi kejenuhan siswa. Namun, perbedaannya terletak pada fokus variabel yang diteliti. Peneliti sebelumnya lebih menekankan pada peningkatan motivasi belajar, sedangkan penelitian ini secara khusus mengkaji konsentrasi sebagai variabel kognitif yang diukur melalui indikator terstruktur dan dianalisis menggunakan desain *pretest–posttest*. Dengan demikian, penelitian ini memberikan bukti empiris yang lebih spesifik mengenai pengaruh *ice breaking* terhadap kemampuan atensi anak usia dini. Demikian, penelitian lain oleh Ulfadhilah et al. (2025) memiliki persamaan dalam mengkaji penerapan metode *ice breaking* pada pendidikan anak usia dini serta melihat dampaknya terhadap konsentrasi belajar. Keduanya menempatkan *ice breaking* sebagai strategi untuk mengurangi kejenuhan dan membantu anak kembali fokus dalam proses pembelajaran. Namun, penelitian ini berbeda dalam hal operasionalisasi variabel dan desain analisis. Jika temuan lebih menekankan implementasi

DOI: 10.31004/obsesi.vxix.xxx

dan peningkatan konsentrasi secara umum, maka penelitian ini mengukur konsentrasi melalui indikator kognitif yang terstruktur serta menggunakan desain *pretest–posttest* untuk menganalisis perubahan skor secara kuantitatif. Namun, sebagian besar penelitian tersebut lebih menekankan pada aspek motivasi, suasana belajar, atau keaktifan siswa, serta dilakukan pada jenjang pendidikan selain PAUD atau tanpa pengukuran kuantitatif yang terstruktur terhadap indikator konsentrasi.

Meskipun demikian, kajian empiris terkait ice breaking masih didominasi oleh penelitian yang berfokus pada peningkatan motivasi belajar, keaktifan siswa, atau suasana kelas secara umum, serta banyak dilakukan pada jenjang pendidikan selain PAUD. Penelitian yang secara khusus menguji efektivitas metode ice breaking terhadap konsentrasi belajar sebagai variabel terikat utama, dengan pendekatan kuantitatif berbasis desain pra-eksperimental, masih relatif terbatas. Kondisi ini menunjukkan adanya celah penelitian terkait bukti empiris yang lebih terukur mengenai peran ice breaking dalam meningkatkan konsentrasi belajar anak usia dini. Dengan demikian, terdapat kesenjangan penelitian yang perlu diisi, yaitu keterbatasan studi yang secara khusus mengkaji efektivitas metode *ice breaking* terhadap konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun menggunakan desain kuantitatif eksperimental dengan indikator konsentrasi yang terukur. Penelitian yang ada umumnya belum memisahkan konsentrasi sebagai variabel terikat yang diukur secara sistematis melalui aspek memusatkan perhatian, mengikuti instruksi, ketekunan menyelesaikan tugas, dan kemampuan mengabaikan gangguan.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini menawarkan kebaruan berupa penyajian bukti empiris kuantitatif menggunakan desain *one group pretest–posttest* yang secara spesifik mengukur perubahan konsentrasi belajar anak usia dini setelah penerapan metode *ice breaking*. Penelitian ini tidak hanya menilai suasana belajar atau motivasi, tetapi memfokuskan pada konsentrasi sebagai konstruk kognitif yang teroperasionalisasi dalam indikator terstruktur. Temuan penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi teoretis dalam memperkuat pemahaman mengenai mekanisme peningkatan konsentrasi pada anak usia dini, serta kontribusi praktis bagi guru PAUD dalam merancang strategi pembelajaran yang lebih adaptif dan kontekstual. Berdasarkan uraian tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk mengkaji efektivitas metode *ice breaking* terhadap peningkatan konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun di TK Negeri Pembina Nanga Pinoh melalui desain *one group pretest–posttest*.

Metodologi

Metode yang digunakan pada penelitian adalah metode *pre-experimental* dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan satu kelas sebagai sampel penelitian dengan mengacu pada desain penelitian *one group pretest-posttest design* (Prisuna, 2021). *Adapun desain pada penelitian dapat berbentuk Tabel* 1.

Tabel 1. ***Desain Penelitian One Grup Pre-test Post-test***

Pre-test	*Treatmeant*	*Post-test*
O_1	X	O_2

Keterangan:
O_1 : *Pre-test* sebelum diberikan perlakuan (*treatment*)
X : Perlakuan (*treatment*) menerapkan ice breaking untuk konsentrasi anak
O_2 : *Post-test* sesudah diberikan perlakuan (*treatment*)

Subjek penelitian ini adalah siswa taman kanak-kanak di TK Negeri Pembina Nanga Pinoh. Sebanyak 26 siswa di kelas B1 dijadikan sampel, sedangkan seluruh populasi anak usia 5 dan 6 tahun di TK Negeri Pembina Nanga Pinoh dijadikan populasi. Peneliti menggunakan strategi pengambilan sampel yang bertujuan mempertimbangkan seberapa baik setiap calon peserta sesuai dengan tujuan penelitian (Septiadi & Kartini, 2024). Observasi awal diikuti oleh *prettest* yang mengukur tingkat konsentrasi anak usia 5-6 tahun sebelum mereka diberi perlakuan berupa aktivitas ice breaking menggunakan instrumen tes dengan pertanyaan. Perlakuan dalam penelitian ini berupa penerapan metode *ice breaking* yang dilaksanakan secara terstruktur dan konsisten. Kegiatan *ice breaking* yang digunakan meliputi permainan gerak dan lagu, tepuk konsentrasi, serta aktivitas imitasi gerakan sederhana yang disesuaikan dengan karakteristik dan tema pembelajaran anak usia dini. *Ice breaking* dilaksanakan pada awal kegiatan inti pembelajaran dengan durasi sekitar 5–7 menit pada setiap pertemuan. Perlakuan diberikan secara konsisten selama empat kali pertemuan pembelajaran, dengan pola dan jenis kegiatan yang relatif sama untuk menjaga keseragaman perlakuan dan meminimalkan variasi yang tidak diinginkan. Perlakuan tersebut terdiri dari empat sesi yang dilakukan setiap dua minggu, dengan posttest sebagai ukuran efektivitas perlakuan.

DOI: 10.31004/obsesi.vxix.xxx

Instrumen penelitian berupa tes konsentrasi belajar anak usia dini yang disusun berdasarkan indikator konsentrasi belajar, meliputi: (1) kemampuan memusatkan perhatian, (2) kemampuan mengikuti instruksi, (3) ketekunan dalam menyelesaikan tugas, dan (4) kemampuan mengabaikan gangguan. Instrumen disajikan dalam bentuk item observasional dengan skala penilaian bertingkat, di mana skor yang diperoleh mencerminkan tingkat konsentrasi belajar anak secara kuantitatif. Instrumen telah melalui uji validitas isi melalui penilaian ahli (*expert judgment*) untuk memastikan konsistensi hasil pengukuran.

Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Pemilihan uji nonparametrik ini didasarkan pada hasil uji normalitas data yang menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal serta jumlah sampel yang relatif kecil, sehingga uji Wilcoxon dinilai paling sesuai untuk membandingkan skor pretest dan posttest konsentrasi belajar anak. Tingkat signifikansi 0,001 < 0,05 diamati dalam analisis, yang mengarah pada penerimaan Ha. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa metode *ice breaking* secara signifikan memengaruhi tingkat konsentrasi belajar anak.

Hasil dan Pembahasan

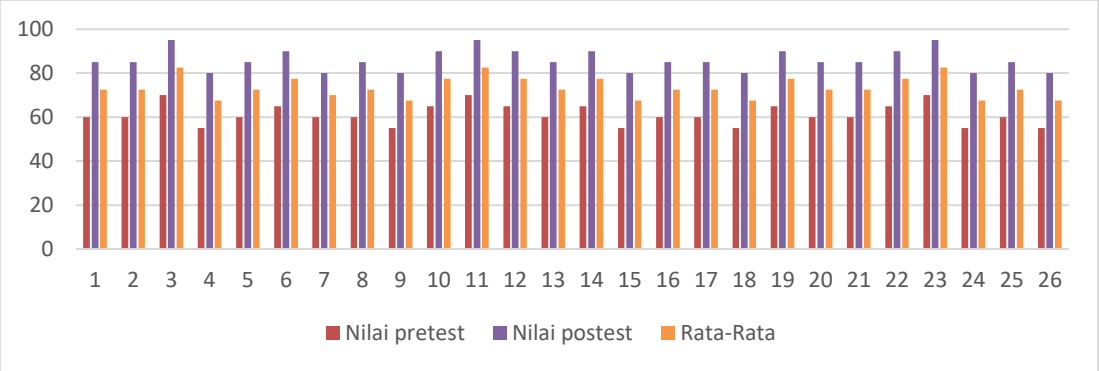
Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa efektif metode ice breaking dalam membantu anak-anak usia 5 dan 6 tahun di TK Negeri Nanga Pinoh Pembina untuk fokus. Sebanyak 26 anak berpartisipasi dalam penelitian ini, yang menggunakan desain *prettest* dan *posttest* dengan satu kelompok. Tabel berikut menunjukkan hasil analisis data, yang dilakukan menggunakan statistik deskriptif. Hasilnya menunjukkan bahwa kemampuan belajar anak-anak meningkat :

Tabel 2. Rata-Rata Pretes-Postest Konsentrasi Belajar
Descriptive Statistics

Kelompok	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
Nilai Pretest Konsentrasi Belajar	26	15	55	70	1590	61.15	4.756
Nilai Postest Konsentrasi Belajar	26	15	80	95	2235	85.96	4.903
Valid N (listwise)	26						

Sumber: IBM SPSS Statistik 31

Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat rata-rata pembelajaran anak-anak meningkat. Rata-rata *prettes* sebesar 61,15 naik dari rata-rata *posttes* sebesar 85,96. Fakta bahwa baik skor minimum maupun maksimum meningkat menunjukkan bahwa strategi ice breaking membantu anak-anak berkonsentrasi lebih baik pada pelajaran yang sedang dipelajari. Nilai simpangan baku yang relatif stabil menunjukkan bahwa peningkatan konsentrasi belajar terjadi secara merata pada seluruh sampel penelitian. Gambar berikut menunjukkan bagaimana fokus belajar anak-anak pada umumnya sebelum dan sesudah perbandingan.



Gambar 1. Perbandingan Nilai Pretest dan Postes Konsentrasi Belajar

Berdasarkan grafik hasil pretest dan posttest terhadap 26 anak kelompok B, terlihat adanya pergeseran distribusi skor konsentrasi belajar setelah penerapan metode *ice breaking*. Analisis tidak hanya menunjukkan adanya peningkatan, tetapi juga memperlihatkan perubahan pola sebaran data secara keseluruhan. Pada tahap pretest, skor konsentrasi anak berada pada rentang sekitar 55–70. Sebaran nilai menunjukkan bahwa sebagian anak masih berada pada kategori sedang dan cenderung rendah. Nilai minimum pretest berada pada kisaran 55, sedangkan nilai maksimum sekitar 70. Rentang ini mengindikasikan bahwa konsentrasi belajar anak

DOI: 10.31004/obsesi.vxix.xxx

sebelum perlakuan belum optimal dan masih menunjukkan variasi kemampuan yang cukup lebar. Setelah diberikan perlakuan, skor posttest mengalami pergeseran rentang menjadi sekitar 80–95. Nilai minimum meningkat secara signifikan dari sekitar 55 menjadi 80, yang menunjukkan bahwa anak dengan skor terendah pada awal pengukuran juga mengalami peningkatan yang bermakna. Sementara itu, nilai maksimum meningkat dari sekitar 70 menjadi 95, yang mengindikasikan bahwa anak dengan konsentrasi relatif baik sebelumnya tetap mengalami penguatan kemampuan. Setelah skala hasil pre-test dan post-test diperoleh, kemudian dilakukan olah data Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan SPSS dan diperoleh data (Emosiku, n.d.). Hasil uji Wilcoxon disajikan pada Tabel 3 dan Tabel 4 berikut.

Tabel 3. Hasil Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest Konsentrasi Bekajar – *Pretest* Konsentrasi Belajar	*Negative Ranks*	0[a]	.00	.00
	Positive Ranks	26[b]	13.50	351.00
	Ties	0[c]		
	Total	26		

Sumber: IBM SPSS Statistik 31

Tabel 4. Statistics Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*

Test Statistics[a]

	Posttest Konsentrasi Bekajar – *Pretest* konsentrasi Belajar
Z	-5.014[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

Sumber: IBM SPSS Statistik 31

Berdasarkan metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini, Uji Peringkat Bertanda Wilcoxon menghasilkan hasil yang signifikan, seperti yang ditunjukkan pada grafik di atas. Menurut Tabel diatas, semua 26 anak termasuk dalam kategori peringkat positif sedangkan peringkat negative dan "seri" tidak memiliki nilai. Hal ini menunjukkan bahwa setelah *posttest*, “fokus belajar semua siswa lebih tinggi daripada skor *pretest*. Selanjutnya, nilai p.Sig. (2-tailed) sebesar 0,001 pada hasil probabilitas 0,05, dan nilai Z adalah -5,014. Menurut ringkasan penelitian, metode ice breaking secara signifikan mempengaruhi konsentrasi anak usia 5-6 tahun, sehingga hipotesis alternatif (H_1) diterima.

Pembahasan

Penggunaan metode *ice breaking* dalam penelitian ini tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas pengantar pembelajaran, tetapi dirancang secara sistematis sebagai perlakuan (treatment) yang diberikan kepada subjek penelitian. Pelaksanaan *ice breaking* dilakukan secara terstruktur pada setiap pertemuan pembelajaran dengan memperhatikan kesesuaian waktu, jenis kegiatan, serta karakteristik anak usia dini. Dengan demikian, perlakuan yang diterapkan diharapkan benar-benar dapat memberikan pengaruh optimal dan terukur terhadap variabel konsentrasi belajar. Berdasarkan temuan penelitian, terdapat peningkatan konsentrasi belajar anak setelah pemberian kegiatan *ice breaking*, yang dibuktikan melalui perbedaan skor pretest dan posttest.

Implementasi ice breaking juga disesuaikan dengan karakteristik siswa. Guru memilih aktivitas yang melibatkan gerakan dan interaksi, karena mayoritas siswa menyukai kegiatan yang aktif dan dinamis. Hal ini terbukti mampu mengubah suasana kelas yang awalnya kaku atau pasif menjadi lebih energik dan fokus. Anak menjadi lebih siap secara mental untuk menerima pembelajaran, lebih mampu memusatkan perhatian, mengikuti instruksi guru, serta menyelesaikan tugas pembelajaran dengan fokus. *Ice breaking* berfungsi sebagai stimulus awal yang membantu anak mengalihkan kondisi jenuh menjadi kondisi belajar yang kondusif. Bahkan siswa yang sebelumnya tampak mengantuk atau tidak tertarik menjadi lebih bersemangat dan memperhatikan penjelasan guru (Hasanah et al., 2025).

Secara pedagogis, *ice breaking* berfungsi sebagai stimulus awal yang membantu anak mengalihkan kondisi jenuh, lelah, atau kurang fokus menjadi lebih siap mengikuti kegiatan pembelajaran. Anak usia dini memiliki rentang konsentrasi yang relatif singkat, sehingga diperlukan variasi aktivitas yang dapat menjaga perhatian dan keterlibatan anak selama proses belajar. Kegiatan *ice breaking* yang melibatkan gerakan, lagu, dan interaksi sosial terbukti mampu meningkatkan kesiapan mental anak untuk menerima materi pembelajaran

DOI: 10.31004/obsesi.vxix.xxx

selanjutnya (Jurnal et al., 2024). Penemuan ini sejalan dengan prinsip-prinsip PAUD, yang mempromosikan gagasan bahwa anak-anak belajar paling baik melalui bermain dan pengalaman langsung.

Menurut (Puspita, 2023), praktik ice breaking dapat membantu anak-anak bersiap untuk belajar dan membuat ruang kelas menjadi tempat yang lebih menyenangkan. Ketika anak-anak di kelas awal bosan belajar, ice breaking membantu mereka mengalihkan fokus ke hal lain, tetap terlibat dalam apa yang sudah mereka pelajari, dan mencegah mereka teralihkan perhatiannya. Selain itu, studi yang meneliti efektivitas teknik ice breaking selama fase awal pembelajaran telah menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam konsentrasi belajar di tahap awal (Ulfadhilah et al., 2025). Anak-anak dapat rileks dan lebih menikmati pembelajaran dengan aktivitas ice breaking, yang berupaya membuat kelas menjadi tempat yang lebih ramah dan interaktif. Selain itu, pr`aktik ice breaking merupakan bagian integral dari strategi pembelajaran yang efektif, yang dapat membantu siswa berkonsentrasi bahkan ketika kemampuan tersebut tidak intrinsik (Ismi et al., 2021). Hasil penelitian ini menunjukkan konsistensi dengan pola temuan yang dikemukakan oleh penelitian disebelumnya bahwa setelah mengikuti ice breaking, tingkat konsentrasi belajar terjadi secara merata pada seluruh anak setelah diberikan perlakuan *ice breaking*. Hal ini mengindikasikan bahwa metode *ice breaking* tidak hanya berdampak pada anak tertentu, tetapi efektif diterapkan pada kelompok anak secara keseluruhan.

Secara teoretis, peningkatan konsentrasi belajar anak setelah penerapan ice breaking dapat dijelaskan melalui teori atensi dan prinsip pembelajaran aktif pada anak usia dini. Aktivitas ice breaking yang melibatkan gerakan, lagu, dan interaksi sosial berfungsi sebagai stimulus yang membantu anak mengalihkan kondisi jenuh menjadi lebih siap secara mental untuk belajar. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa anak usia dini memiliki rentang perhatian yang relatif singkat sehingga memerlukan variasi aktivitas untuk menjaga fokus dan keterlibatan selama pembelajaran. Ice breaking juga berperan dalam mendukung regulasi diri anak, karena anak dilatih untuk kembali memusatkan perhatian setelah mengalami distraksi.

Temuan penelitian ini sejalan dengan sejumlah penelitian terdahulu yang melaporkan bahwa ice breaking dapat meningkatkan motivasi, keaktifan, dan kesiapan belajar anak. Namun, penelitian ini memberikan kontribusi yang lebih spesifik dengan menyajikan bukti kuantitatif bahwa ice breaking berdampak pada peningkatan konsentrasi belajar sebagai variabel terikat utama, bukan hanya pada suasana kelas atau motivasi belajar. Dengan demikian, penelitian ini memperkaya kajian empiris mengenai strategi pembelajaran yang efektif dalam konteks pendidikan anak usia dini. Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Desain pra-eksperimental tanpa kelompok kontrol membuka kemungkinan adanya pengaruh faktor lain, seperti maturasi atau efek latihan, terhadap peningkatan konsentrasi belajar anak. Selain itu, jumlah sampel yang terbatas dan hanya berasal dari satu kelas membatasi generalisasi temuan penelitian. Penelitian ini juga belum mengukur keberlanjutan efek ice breaking dalam jangka panjang.

Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain kuasi-eksperimental atau eksperimen murni dengan kelompok kontrol untuk meningkatkan validitas internal. Selain itu, penelitian longitudinal diperlukan untuk menguji keberlanjutan efek *ice breaking* terhadap konsentrasi belajar. Perluasan sampel pada berbagai satuan PAUD juga penting untuk meningkatkan daya generalisasi temuan. Dengan demikian, bukti empiris yang dihasilkan akan semakin kuat dan komprehensif.

Simpulan

Penerapan metode *ice breaking* efektif dalam mendukung peningkatan konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun. Penggunaan metode *ice breaking* secara nyata mampu meningkatkan kemampuan anak dalam memusatkan perhatian, mengikuti instruksi, serta menyelesaikan kegiatan pembelajaran dengan fokus. Temuan ini memberikan kontribusi ilmiah berupa bukti empiris kuantitatif bahwa strategi pembelajaran berbasis aktivitas singkat dan interaktif dapat membantu anak memusatkan perhatian selama proses pembelajaran. Secara praktis, hasil penelitian ini mengimplikasikan bahwa metode *ice breaking* dapat dimanfaatkan oleh guru PAUD sebagai strategi pembelajaran yang aplikatif untuk menciptakan suasana belajar yang lebih kondusif serta mendukung keterlibatan dan fokus belajar anak secara optimal. Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan pada desain *one group pretest–posttest* tanpa kelompok kontrol yang berpotensi menimbulkan bias maturasi dan efek latihan. Jumlah sampel yang terbatas pada satu kelas juga membatasi generalisasi temuan, serta belum adanya pengukuran jangka panjang membuat keberlanjutan efek belum dapat dipastikan. Oleh karena itu, penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain kuasi-eksperimental atau eksperimen murni dengan cakupan sampel yang lebih luas serta pengukuran longitudinal untuk memperoleh bukti yang lebih kuat dan komprehensif.

DOI: 10.31004/obsesi.vxix.xxx

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih penulis menyampaikan apresiasi kepada pihak TK Negeri Pembina Nanga Pinoh, khususnya kepala sekolah, guru kelas B1, serta seluruh peserta didik yang telah berpartisipasi dan memberikan dukungan selama pelaksanaan penelitian. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan masukan akademik selama proses penyusunan artikel ini. Penelitian ini tidak memperoleh pendanaan dari lembaga pendanaan eksternal mana pun.

Daftar Pustaka

Anindita, D. N., Sih, M., Utami, S., & Eriany, R. A. P. (2021). *Melatih Konsentrasi Pada Anak TK-B Dengan Brain Gym*. *13*(1), 105–114. https://doi.org/10.26877/paudia.V13i1.17811

Emosiku, R. (n.d.). *Meningkatkan Kemampuan Asertif Pada Anak Tk B Dengan Permainan*. *13*(1), 93–104. https://doi.org/10.26877/paudia.V13i1.17812

Fitria, A. W., Tamara, A., Basrah, E. N., & Istiqamah, I. (2023). *Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan Pengaruh Kegiatan Menyendok pada Practical-Life Montessori terhadap Peningkatan Konsentrasi Anak Usia 4-5 Tahun*. *5*(2), 1242–1249.

Hasanah, N. N., Ikhsan, M. T. H., Setiawati, T., & Info, A. (2025). *Implementasi Ice Breaking Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Pada Pembelajaran Ipas Materi Kegiatan Ekonomi Pada Siswa Kelas V Sd Negeri Ciawi Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang Tahun Pelajaran 2024/2025*. *4*(3).

Iskandar, Y. Z., Suryani, N., Marlina, N., Narsidah, & Nurmaidah. (2023). Penerapan Ice Breaking Dalam Pembelajaran Anak Usia Dini. *Plamboyan Edu*, *1*(1), 66–74. https://jurnal.rakeyansantang.ac.id/index.php/plamboyan/article/view/323

Ismi, A. D., Hariyanti, D. P. D., & Khasanah, I. (2021). Pengaruh Penggunaan " Ice Breaking " Terhadap Konsentrasi Belajar Anak Usia Dini. *Wawasan Pendidikan*, *1*(2), 197–203. https://doi.org/10.26877/wp.v1i2.8640

Jurnal, M., Anak, P., & Dini, U. (2024). *Penerapan Ice Breaking dalam Meningkatkan Semangat Bermain Anak*. *5*(2). https://doi.org/10.37985/murhum.v5i2.980

Khalisha, F. N., & Gustiana, A. D. (2024). *Pengaruh Layanan Bermain Bersama Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Di Rumah Anak SIGAP Kecamatan Koroncong*. *13*(1), 127–139. https://doi.org/10.26877/paudia.v13i1.17220

Khotimah, S. H., Sunaryati, T., & Suhartini, S. (2021). *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Penerapan Media Gambar Sebagai Upaya dalam Peningkatan Konsentrasi Belajar Anak Usia Dini Abstrak*. *5*(1), 676–685. https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.683

Maqrisa, V. W., Annaejla, N., Indria, A., Berliani, N., & Aulia, P. (2024). *Social Science Pengaruh Ice Breaking Terhadap Konsentrasi Belajar Anak Paud*. *2*.

Maulida, L., & Afrianingsih, A. (2024). *Pengaruh Pemberian Reward Stempel Prestasi Terhadap Motivasi Belajar Anak Usia Dini di TK Raudhotut Tholibin Bungo*. *13*(2), 231–241. https://doi.org/10.26877/paudia.v13i2.494

Nurkholifah, A. S., Tusyana, E., & Novianti, R. (2023). *Pengaruh Penerapan Metode Ice Breaking Tipe Tic Tac Toe Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Matematika Kelas V Di Mis Riyadlotut Tholibin*. *20*.

Prisuna, B. F. (2021). *Pengaruh Penggunaan Aplikasi Google Meet terhadap Hasil Belajar The Effect of Using Google Meet Applications on Learning Outcomes*. *14*(2), 137–147.

Puspita, Y. P. (2023). Implementasi Ice Breaking untuk Menciptakan Kesiapan Belajar dan Pembelajaran yang Menyenangkan pada Anak Usia Dini. *Journal on Education*, *5*(4), 11846–11854. https://doi.org/10.31004/joe.v5i4.1257

Putri, P. I., & Widiastuti, A. A. (2019). *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Meningkatkan Konsentrasi Anak Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) dengan Pendekatan Reinforcement melalui Metode Bermain " Bunchems ."* *3*(1), 207–213. https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i1.177

Septiadi, W., & Kartini, K. (2024). Pengaruh Layanan Bermain Bersama Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Anak Di Tk Aisyiyah Bustanul Athfal (Aba) Nanga Pinoh. *Masa Keemasan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *4*(2), 16–22. https://doi.org/10.46368/mkjpaud.v4i2.2544

Tahsinia, J., Sulaeman, D., Yusuf, R. N., & Suryani, N. (2023). *Meningkatkan Perilaku Prososial Toleransi Dan Kerjasama Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Ice Breaking*. *4*(1), 28–39.

Ulfadhilah, K., Nurkhafifah, S. D., Islam, U., Bangsa, B., & Yogyakarta, U. T. (2025). *Penerapan " Ice Breaking " terhadap Konsentrasi Belajar Anak Usia Dini di PAUD An-Nur IFTITIAH : Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam Anak Usia Dini*. *03*(01), 1–10.

Wahyuni, D., & Suryana, D. (2023). *Pengaruh Pembelajaran Sains (Bermain Air) terhadap Kemampuan Berpikir Kreatif Anak Usia 5-6 Tahun*. *7*(4), 4062–4072. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4793