

DOI 10.XXXXX/jpmi.vXiX.XX-XX

PENERAPAN *ICE BREAKING* DALAM PEMBELAJARAN MATEMATIKA UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI SISWA VIII B SMP BINA HARAPAN BANGSA

Gagan Aditya Fauzan¹, Usman Aripin²

^{1,2} IKIP Siliwangi Bandung

¹ gaganaditya197@gmail.com ² usman.aripin@ikipsiliwangi.ac.id

Abstract

This study aims to determine the level of confidence in Bina Harapan Bangsa Middle School students with indicators of self-confidence that are used are students who have sufficient intelligence, have social skills, and are able to overcome various emerging tensions. With the initial problem, the solution is to apply Ice Breaking to learning. This research was conducted on students in class VIII B of Bina Harapan Bangsa Middle School in Cikancung District, Bandung Regency using the experimental method. The instruments used were questionnaires with 10 statements in accordance with the indicators and accompanied by interviews with students. The conclusion of this study is the application of ice breaking in junior high school learning has a positive effect on the level of confidence of students.

Keywords: Ice Breaking, Self Confidence, Ice Breaker, Junior High School Student

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat rasa percaya diri siswa Sekolah Menengah Pertama Bina Harapan Bangsa dengan indikator kepercayaan diri yang digunakan adalah siswa memiliki kecerdasan yang cukup, memiliki kemampuan bersosialisasi, dan mampu mengatasi berbagai ketegangan yang muncul. Dengan permasalahan awal, solusinya adalah menerapkan *Ice Breaking* kedalam pembelajaran. Penelitian ini dilakukan kepada siswa di kelas VIII B Sekolah Menengah Pertama Bina Harapan Bangsa di Kecamatan Cikancung Kabupaten Bandung dengan menggunakan metode eksperimen. Instrumen yang digunakan berupa angket dengan 10 butir pernyataan sesuai dengan indikator dan disertai wawancara kepada siswa. Kesimpulan dari penelitian ini adalah penerapan *ice breaking* dalam pembelajaran Sekolah Menengah Pertama memberikan efek positif bagi tingkat kepercayaan diri siswa.

Kata Kunci: *Ice Breaking*, Percaya Diri, *Ice Breaker*, Siswa SMP

How to cite: Fauzan, GA., Aripin, U. (2019). Penerapan *Ice Breaking* dalam Pembelajaran Matematika untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Kelas VIII B SMP Bina Harapan Bangsa. *JPMI – Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif*, 2 (1), 17-24.

PENDAHULUAN

Kurangnya rasa percaya dalam dunia Pendidikan merupakan suatu hal yang tidak baik, siswa akan cenderung kaku dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Bahkan tak sedikit siswa pada saat mengerjakan soal tes mereka mendadak “*Blank*” dan tidak dapat mengerjakan soal tersebut. Hal ini diperkuat dengan pernyataan (Goleman, Bobbi Dapoter, 2001) mengatakan bahwa ketika otak menerima ancaman atau tekanan, kapasitas syaraf untuk berfikir rasional mengecil. Kurangnya percaya diri disebabkan oleh beberapa faktor, baik itu karena

kekurangan fisik, mental, bahkan individu yang tidak memiliki suatu hambatan pun mengalami rendahnya rasa percaya diri. Hal tersebut diperkuat oleh pernyataan (Rakhmat, 1986) mengatakan bila individu yang kurang percaya diri akan mengalami kesulitan untuk mengkomunikasikan gagasannya pada orang yang dihormatinya.

Kurangnya percaya diri dapat menghinggapi dimanapun, kapanpun, siapapun, bahkan pasangan bulutangkis Indonesia Kevin Sanjaya dan Markus Gideon yang dijuluki "*the minions*" meskipun ganda putra terbaik dunia ini sering berlaga dan memenangkan banyak kejuaraan bulutangkis dunia pernah susah payah untuk menang dari ganda putra India yang rankingnya jauh dibawah mereka dikarenakan melemahnya rasa percaya diri. Hal tersebut menunjukkan bahwa kurangnya percaya diri akan membuat seseorang tidak dapat mengeluarkan kemampuan optimalnya dalam melakukan suatu kegiatan. Hal ini sejalan dengan pernyataan (Maslow, 2004) yang menunjukkan bahwa orang yang kurang percaya diri akan terlihat pesimis, ragu-ragu dan takut dalam menyampaikan gagasan. Ini dikarenakan percaya diri merupakan suatu keyakinan terhadap kemampuan diri dalam melakukan suatu kegiatan, hal ini sejalan dengan pernyataan (Bandura, 1977) mengungkapkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang dalam berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan.

Orang yang percaya diri biasanya lebih mudah bergaul, berperilaku mandiri, dan poin terpenting adalah tidak malu untuk melakukan suatu hal yang baik, hal ini dilengkapi oleh pernyataan (Lauster, 1978), memaparkan ciri-ciri orang yang percaya diri yaitu mandiri, tidak egois, toleran, ambisius, optimis, pemberani, yakin dengan pendapatnya dan tidak berlebihan. Merujuk pada pernyataan penulis sebelumnya bahwa kurangnya percaya diri bisa datang kapanpun, dimanapun, dan siapapun. Maka dari itu penulis merasa terpacu untuk melakukan penelitian guna memberikan solusi atas masalah kurangnya percaya diri yang dialami siswa SMP Bina Harapan Bangsa dengan menerapkan *ice breaking* pada setiap kegiatan pembelajaran.

Ice Breaking dalam dunia Pendidikan adalah kegiatan dimana seorang guru mengajak murid untuk melakukan beberapa kegiatan di sela – sela pembelajaran guna menghilangkan rasa jenuh dalam pembelajaran. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh (M. Said, 2005) mengatakan bahwa *ice breaker* adalah permainan yang berfungsi untuk mengubah suasana kebekuan dalam kelompok. Penerapan *ice breaking* bertujuan agar siswa merasa tidak terlalu terpacu pada pelajaran dalam mengikuti pembelajaran, hal ini dilengkapi dengan pernyataan yang diungkapkan (Sunarto, 2012) bahwa *ice breaking* bertujuan agar materi-materi yang disampaikan mudah diterima. Sementara fungsi *Ice breaker* didefinisikan sebagai "*a fun way to support the objective of presentation* (Svendsen, 1996). Yang berarti sebuah cara yang menyenangkan untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Ice Breaking sangat penting diterapkan dalam kegiatan pembelajaran agar pembelajaran menjadi jauh lebih menggembirakan. Kenapa demikian karena ketika siswa gembira, mereka cenderung merasa lebih dekat dengan guru, munculnya sikap percaya diri. Dengan begitu siswa lebih mudah menerima pelajaran yang disampaikan guru, pembelajaran menjadi lebih menarik. Hal ini sejalan dengan Teori Gestalt yang menyatakan bahwa :

“Belajar tidak mungkin tanpa kemauan untuk belajar, maka kesukaan siswa terhadap sikap yang dilahirkan guru jelas akan memberikan motivasi tersendiri dalam belajar.”

Dengan *ice breaking* akan meningkatkan berbagai aspek, baik itu kognitif, afektif, dan psikomotor. *Ice breaking* membuat suasana hati siswa menjadi senang dan merasa dekat dengan guru, dengan suasana hati yang baik kepercayaan diri pun akan meningkat (afektif), dengan kepercayaan diri yang meningkat siswa akan cenderung menjadi lebih berani bertanya serta menanggapi mengenai materi yang disampaikan guru sehingga kemampuan pemahaman, dan berfikir kritis siswa menjadi terasah (kognitif). Dan yang terakhir dengan menerapkan *ice breaking* secara otomatis siswa akan lebih banyak bergerak dan aktif dalam kegiatan pembelajaran (psikomotor). Dengan berbagai pemaparan di atas serta dikukuhkan dengan pernyataan dari seorang psikolog dan peneliti Howard Gardner (1995: 94) berpendapat sebagai berikut:

“Di sekolah saat anak merasa “bosan” mereka akan berontak dan berubah. Jika mereka dibanjiri tantangan, mereka akan mencemaskan pekerjaan sekolah. Tetapi anda akan belajar dengan segenap kemampuan jika anda menyukai hal yang anda pelajari dan anda senang jika terlibat dalam hal tersebut.”

penulis melakukan penelitian empat minggu dengan menerapkan *ice breaking* pada setiap pembelajaran di SMP Bina Harapan Bangsa terkhusus di kelas VIII B guna meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam pembelajaran.

METODE

Penelitian ini merupakan kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII B di SMP Bina Harapan Bangsa Kecamatan Cikancung Kabupaten Bandung. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada semester pertama TA 2018/2019. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode eksperimen (Kartini Kartono, 1996) merupakan kegiatan percobaan untuk meneliti suatu peristiwa atau gejala yang muncul pada kondisi tertentu, dan setiap gejala yang muncul diamati dan dikontrol secermat mungkin, sehingga dapat diketahui hubungan sebab-akibat munculnya gejala tersebut. Sedangkan teknik pengambilan sampel yaitu dengan mengukur skor Observasi dilakukan dengan menggunakan menggunakan Uji Tanda (Sign Test), Hasil t^{hitung} kemudian dibandingkan dengan t^{tabel} 0,05 untuk mengetahui taraf signifikansi sebagai berikut $t^{\text{hitung}} > t^{\text{tabel}}$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan subjek penelitian adalah perpaduan 22 siswa yang memiliki tingkat percaya diri yang heterogen. Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah *ice breaking*, dan variabel terikatnya adalah rasa percaya diri siswa. Serta Teknik pengumpulan data dengan cara observasi dan wawancara dalam bentuk angket.

Untuk mengakumulasi data yang didapat maka diperlukan formula matematik yang digunakan adalah rumus *N – Gain*. Adapun rumus *N – Gain* yaitu sebagai berikut:

$$N - Gain (g) = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimal} - \text{skor pretest}} \quad (\text{Hake, 1999})$$

Keterangan:

Skor pretest = skor sebelum perlakuan *ice breaking* diberikan
 Skor posttest = skor sesudah perlakuan *ice breaking* diberikan
 Skor maksimal = skor maksimal dalam penelitian, yaitu 40

Jadi setelah keterangan tersebut diuraikan maka rumus yang disajikan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$N - Gain (g) = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{40 - \text{skor pretest}}$$

Sedangkan untuk kategorinya kita bisa menggunakan interpretasi indeks gain ternormalisasi (g) menurut Hake (Sundayana, 2016) adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Interpretasi Skor *N – Gain*

Skor Gain Ternormalisasi	Interpretasi
-1.00 < g < 0.00	Menurun
g = 0.00	Stagnan
0.00 < g < 0.30	Rendah
0.30 < g < 0.70	Sedang
0.70 < g < 1.00	Tinggi

Berikut secara berurutan akan diuraikan indikator, pernyataan angket, cara perhitungan pretest dan posttest, dan gambar hasil penelitian.

Tabel 2. Indikator dan Pernyataan Angket

Indikator	No.	Pernyataan
Memiliki kecerdasan yang cukup	1	Saya berani mengerjakan soal di depan kelas
	2	Saya senang jika presentasi di depan kelas
	3	Saya ingin jadi orag pertama mengaungkan tangan jika ada pertanyaan
Memiliki Kemampuan bersosialisasi	4	Saya suka mengungkapkan pendapat
	5	Saya ingin dikenal oleh guru
Mampu menetralsir ketegangan yang muncul dalam berbagai situasi	6	Saya tidak suka jika guru menunjuk saya mengerjakan soal di depan
Memiliki Kemampuan bersosialisasi	7	Saya malu untuk berkenalan dengan teman baru
	8	Saya tidak suka ikut pementasan drama
Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi	9	Saya malu melihat mata guru ketika guru menerangkan materi di depan kelas
	10	Saya tidak suka bertanya mengenai materi yang tidak difahami
Memiliki kecerdasan yang Cukup		

Setiap pernyataan berisi tanggapan siswa mengenai pernyataan – pernyataan yang tersaji di layar monitor dan setiap pilihan tanggapan memiliki poin yang berbeda antara lain tersaji pada tabel berikut:

Tabel 3. Cara Perhitungan Pretest dan Posttest

Penyataan Positif	Poin	Pernyataan Negatif	Poin
SS	4	SS	1
S	3	S	2
TS	2	TS	3
STS	1	STS	4

Keterangan:

- SS = Sangat Setuju
- S = Setuju
- TS = Tidak Setuju
- STS = Sangat Tidak Setuju

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berikut ini adalah data hasil observasi sebelum (pretest) dan setelah pemberian (posttest).

Tabel 4. Hasil observasi sebelum (pretest) dan setelah pemberian (posttest)

No.	Nama Siswa	Pre – Test	Post - Test	N – Gain	Interpretasi
1	AM	25	34	0.6	Sedang
2	WA	26	29	0.2	Rendah
3	PP	24	30	0.4	Sedang
4	SR	20	26	0.3	Sedang
5	NH	26	32	0.4	Sedang
6	SA	26	31	0.4	Sedang
7	SF	25	27	0.1	Rendah
8	MR	20	21	0.1	Rendah
9	EM	21	27	0.3	Sedang
10	ML	25	32	0.5	Sedang
11	ALM	25	31	0.4	Sedang
12	RG	20	25	0.3	Sedang
13	IT	26	32	0.4	Sedang
14	DS	24	27	0.2	Rendah
15	TP	21	26	0.3	Sedang
16	IM	20	26	0.3	Sedang
17	AD	21	28	0.4	Sedang
18	MR	21	28	0.4	Sedang
19	DN	21	25	0.2	Rendah
20	TE	25	32	0.5	Sedang
21	ADD	26	30	0.3	Sedang
22	SS	27	33	0.5	Sedang
		$\Sigma = 505$	$\Sigma = 632$	<i>Average N – Gain = 0.3</i>	Sedang

Berdasarkan data diatas maka dapat diketahui hasil pembagian instrumen penilaian terhadap 22 orang siswa sebelum dan sesudah penelitian diperoleh nilai *N – Gain* yang bervariasi. Banyak siswa yang menunjukkan peningkatan rasa percaya diri yang sedang, dan ada pula siswa yang menunjukkan rendah. Menurut (Gagan, 2018) terjadinya kasus interpretasi yang bernilai rendah ini dikarenakan masih awamnya siswa terhadap angket, bahkan ini angket pertama yang di isi oleh siswa kelas VIII B SMP Bina Harapan Bangsa. Hal ini dapat dilihat ketika siswa cenderung kebingungan dan bertanya berkali – kali mengenai cara pengisian angket tersebut. Meskipun demikian tak sedikit pula interpretasi dari siswa yang menunjukkan peningkatan rasa percaya diri walaupun berstatus rendah dan sedang. Setidaknya setelah dilakukan penerapan *ice breaking* dalam pembelajaran, hasil rata – rata nilai *N – Gain* ini menunjukan peningkatan rasa percaya diri dengan nilai rata-rata sebesar 0.3 dengan status interpretasi nya adalah sedang.

Berikut adalah salah satu angket yang diisi oleh siswa sebelum dan sesudah penerapan *ice breaking* dalam pembelajaran.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1			✓		
2		✓			
3			✓		
4				✓	
5		✓			
6					✓
7		✓			
8			✓		
9			✓		
10					✓
11		✓			
12		✓			

Gambar 1. Sebelum penerapan *ice breaking*

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya berani mengerjakan soal di depan kelas		✓		
2	Saya senang jika ada presentasi di depan kelas			✓	
3	Saya ingin menjadi orang pertama mengacungkan tangan jika ada pertanyaan		✓		
4	Saya suka mengungkapkan pendapat			✓	
5	Saya ingin dikenal oleh guru	✓			
6	Saya tidak suka jika guru menunjuk saya mengerjakan soal				✓
7	Saya malu untuk berkenalan dengan teman baru				✓
8	Saya tidak suka jika ikut pementasan drama				✓
9	Saya malu melihat mata guru yang sedang menerangkan materi				✓
10	Saya tidak suka bertanya mengenai materi yang tidak difahami				✓

Gambar 2. Sesudah penerapan *ice breaking*

Pembahasan

Dalam penelitian ini penulis mengamati beberapa indikator yang menunjukkan taraf percaya diri siswa. Indikator – indikator taraf percaya diri siswa yang diamati dan pembahasan per indikator beserta pemaparannya antara lain sebagai berikut:

1. siswa memiliki kecerdasan yang cukup

penulis mengamati bahwa sebelum penerapan *ice breaking* siswa tidak dapat menunjukkan potensi kecerdasan dalam pembelajaran. Ini dikarenakan siswa yang memiliki tingkat percaya diri yang rendah cenderung susah mengikuti kegiatan pembelajaran. Hal ini diperkuat dengan pernyataan (Goleman, Bobbi Dapoter, 2001) mengatakan bahwa ketika otak menerima ancaman atau tekanan, kapasitas syaraf untuk berfikir rasional mengecil. Namun setelah diterapkan *ice breaking* secara berkala, siswa menjadi lebih interaktif dalam pembelajaran. Khususnya TE, merupakan siswa yang tadinya sangat pendiam dan pemalu sebelum penerapan *ice breaking*, sekarang menjadi aktif bertanya dan menjawab mengenai pembelajaran setelah penerapan *ice breaking*. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan (Gagan, 2018) yang menunjukkan bahwa TE memiliki nilai $N - Gain$ 0.5 dengan interpretasi yang sedang.

2. memiliki kemampuan bersosialisasi

mengenai indikator ini siswa sebelum penerapan *ice breaking* sudah memiliki tingkat kemampuan sosialisasi yang baik. Namun dengan diterapkannya *ice breaking* kemampuan bersosialisasi siswa menjadi sangat baik. Hal ini terlihat dari meningkatnya keaktifan siswa dalam pembelajaran. Ini dikarenakan kegiatan *Ice breaker* dapat memberikan suasana yang menyenangkan dengan kegiatan didalamnya meliputi interaksi sesama siswa, sehingga dapat melatih kemampuan bersosialisasi siswa. Sejalan dengan (Svendsen, 1996) yang mendefinisikan *Ice breaker* sebagai “*a fun way to support the objective of presentation.*” Yang berarti bahwa kegiatan *ice breaker* merupakan cara menyenangkan untuk mencapai tujuan pembelajaran.

3. mampu mengatasi berbagai ketegangan yang muncul

Selain menganalisis dalam bentuk data berupa penerapan rumus $N - Gain$ untuk mengetahui peningkatan rasa percaya diri dengan diterapkannya *ice breaking* dalam pembelajaran. Analisis juga dilakukan dengan melakukan pengamatan langsung, berbeda dengan kesimpulan interpretasi $N - Gain$ bahwasanya peningkatan cenderung sedang. Sedangkan analisis dengan pengamatan secara langsung di kelas menunjukkan bahwa peningkatan rasa percaya diri siswa cenderung tinggi. Adapun perubahan tingkat percaya diri siswa setelah penerapan *ice breaking* menurut (Gagan, 2018) adalah sebagai berikut:

- a. siswa menjadi berani mengerjakan soal matematika di depan kelas;
- b. siswa lebih aktif dalam menanyakan materi yang tidak difahami;
- c. siswa lebih ceria dan bersemangat ketika kegiatan pembelajaran;
- d. interaksi antara guru dan siswa meningkat drastis;
- e. siswa cenderung jadi berani mengerjakan soal sendiri tanpa mencontek kepada teman sebangkunya.

Poin – poin perubahan tingkat percaya diataslah yang dapat menjawab bahwa dengan diterapkannya *ice breaking* secara khusus dapat membuat siswa memiliki kemampuan mengatasi berbagai ketegangan yang muncul. Dan secara umum dapat meningkatkan kemampuan percaya diri siswa secara keseluruhan baik itu secara individu maupun dalam kerjasama kelompok, dan interaksi dalam kegiatan pembelajaran.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa penerapan *ice breaking* dapat meningkatkan rasa percaya diri dalam belajar pada siswa kelas VIII B SMP Bina Harapan Bangsa. Hasil tersebut dapat diketahui dengan terlihatnya skor $N - Gain$ yang menunjukkan adanya peningkatan saat sebelum dan penerapan *ice breaking* dilakukan. Peningkatan rasa percaya diri dalam belajar juga ditunjukkan berdasarkan observasi yakni

siswa lebih berani mengungkapkan pendapat, berani bertanya mengenai pembelajaran, dan mampu memberikan umpan balik saat pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Sunarto. (2012). *Ice Breaker dalam Pembelajaran Aktif*. Surakarta: Yuman Persindo
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Kadek Suhardita. (2011). Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Edisi Khusus*, (1), 127–138. Retrieved from [http://jurnal.upi.edu/abmas/view/641/efektivitas-penggunaan-teknik-permainan-dalam-bimbingan-kelompok-untuk-meningkatkan-percaya-diri-siswa\(penelitian-quasi-eksperimen-pada-sekolah-menengah-atas-laboratorium-\(percontohan\)-upi-bandung-tahun-ajaran-2010](http://jurnal.upi.edu/abmas/view/641/efektivitas-penggunaan-teknik-permainan-dalam-bimbingan-kelompok-untuk-meningkatkan-percaya-diri-siswa(penelitian-quasi-eksperimen-pada-sekolah-menengah-atas-laboratorium-(percontohan)-upi-bandung-tahun-ajaran-2010)
- Munawaroh, N., Rohaeti, E. E., & Aripin, U. (2018). Analisis Kesalahan Siswa Berdasarkan Kategori Kesalahan Menurut Watson Dalam Menyelesaikan Soal Komunikasi Matematis Siswa SMP, *1*(5), 993–1004.
- N, E. E., & Senjayawati, E. (2018). Meningkatkan Kemampuan Matematik Siswa Mts Dengan Menggunakan Pendekatan Problem Possing, *1*(6), 1055–1062.
- Purnamaningsih, E. H., & Mada, U. G. (2003). Kepercayaan Diri dan Kecemasan, (2), 67–71.
- Rohayati, I. (2011). Program Bimbingan Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Edisi Khusus*(2), 154–163.
- Susanti, T., Pujiastusi, E., & Suparsih, H. (2018). Optimalisasi Kemampuan Berpikir Logis Dan Percaya Diri Peserta Didik Kelas XI Melalui Model PBL, *1*, 800–804.
- Syam, A. (2017). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare), *5*, 87–102.