
Penerapan *Ice Breaking* dalam Meningkatkan Semangat Belajar Mahasiswa PGMI Semester 1 di Universitas Islam Tribakti Lirboyo

Ahmad Zulfa Khotmi¹

¹Universitas Islam Tribakti Lirboyo Kediri; Indonesia

Correspondence e-mail*, azmilhsn@gmail.com¹,

Submitted: 2025/07/29

Revised: 2025/08/02;

Accepted: 2025/08/04; Published: 2025/08/04

Abstract

Maintaining students' learning motivation, particularly during the initial semester, presents a significant challenge in higher education, especially for those with pesantren (Islamic boarding school) backgrounds who are adapting to a new academic environment. This study aims to explore the role of *ice breaking* techniques in fostering and sustaining learning enthusiasm among first-semester students in the PGMI (Primary School Teacher Education) Program at Universitas Islam Tribakti Lirboyo. Employing a qualitative case study approach, data were collected through participatory observation, in-depth interviews, and documentation involving students actively participating in lectures. Thematic analysis was conducted through data reduction, presentation, and conclusion drawing. The findings reveal that *ice breaking* activities positively contribute to creating a relaxed classroom atmosphere, strengthening social bonds among students, and enhancing active participation in learning. Students reported feeling more prepared, engaged, and motivated after participating in *ice breaking* sessions. Moreover, these techniques effectively serve as a psychological bridge from the rigorous pesantren routine to the more interactive and dialogical demands of university learning. These results are supported by humanistic learning theories and motivational frameworks, which emphasize the importance of emotionally supportive learning environments. The study recommends the systematic integration of *ice breaking* activities into higher education learning strategies, particularly in pesantren-based institutions, to foster more humanistic, participatory, and adaptive learning settings

Keywords

ice breaking, learning motivation, pesantren students, humanistic learning, higher education



© 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY SA) license, <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>.

PENDAHULUAN

Dalam dunia pendidikan, khususnya pada jenjang pendidikan tinggi, menjaga semangat dan motivasi belajar mahasiswa merupakan tantangan yang tidak dapat diabaikan. Hal ini menjadi semakin penting bagi mahasiswa semester pertama yang sedang menjalani masa transisi dan adaptasi terhadap lingkungan akademik yang baru dan berbeda dengan pengalaman belajar sebelumnya.

Menariknya, dalam konteks mahasiswa Program Studi Pendidikan Guru Madrasah

Published by Institut Agama Islam Sunan Giri (INSURI) Ponorogo; Indonesia

Accredited Sinta 6

Ibtidaiyah (PGMI) semester I di Universitas Islam Tribakti Lirboyo, sebagian besar dari mereka berasal dari latar belakang pondok pesantren. Meskipun demikian, mereka menunjukkan semangat belajar yang tinggi dan kesiapan akademik yang kuat. Hal ini tercermin dari antusiasme mereka dalam mengikuti perkuliahan serta komitmen mereka dalam menjalankan aktivitas akademik, meskipun di tengah jadwal kegiatan kepesantrenan yang padat. Namun demikian, adaptasi terhadap model pembelajaran di perguruan tinggi yang lebih menuntut partisipasi aktif, dialogis, dan reflektif masih memerlukan pendekatan pedagogis yang tepat.

Salah satu pendekatan yang relevan dalam menjembatani proses adaptasi sekaligus menjaga semangat belajar adalah penerapan teknik *ice breaking* dalam proses pembelajaran. *Ice breaking* merupakan teknik yang bertujuan untuk mencairkan suasana kelas, mengurangi ketegangan, dan membangun interaksi positif antara dosen dan mahasiswa. Teknik ini sering digunakan dalam berbagai jenjang pendidikan karena kemampuannya menciptakan suasana belajar yang lebih inklusif, interaktif, dan menyenangkan. Aktivitas *ice breaking* umumnya berupa permainan ringan, simulasi, atau kegiatan kreatif yang dapat merangsang keterlibatan mahasiswa secara emosional dan sosial dalam pembelajaran.

Dalam konteks mahasiswa PGMI, kegiatan *ice breaking* diyakini mampu memberikan stimulus positif bagi mahasiswa, mendorong keaktifan mereka dalam proses perkuliahan, serta membantu mengatasi kejenuhan atau stres akibat beban akademik dan aktivitas harian di pesantren. Selain itu, *ice breaking* juga dapat menjadi sarana untuk membangun keterampilan sosial dan komunikasi yang sangat penting dalam profesi keguruan.

Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penerapan *ice breaking* dalam pembelajaran mampu menciptakan suasana kelas yang lebih positif dan mendukung proses belajar. Penelitian oleh Marzafita mengungkapkan bahwa *ice breaking* dapat meningkatkan konsentrasi dan antusiasme siswa sekolah menengah terhadap materi pelajaran yang dianggap sulit (Marzafita, L., Agustina, M., & Inayatillah, 2021). Sementara itu, studi yang dilakukan oleh Rendi Wahyu Satrio pada mahasiswa pendidikan menunjukkan bahwa aktivitas *ice breaking* mampu memperkuat hubungan interpersonal antara dosen dan mahasiswa, sehingga mendorong partisipasi aktif dalam kelas (Rendi Wahyu Satrio Putro, Tama Maysuri, 2024). Penelitian lain oleh Maulana juga menekankan bahwa *ice breaking* dapat mengurangi stres akademik mahasiswa baru dalam menghadapi beban studi (MAULANA, 2022). Meskipun demikian, kajian tentang *ice breaking* dalam konteks mahasiswa dari latar belakang pondok pesantren, khususnya dalam masa transisi ke

pendidikan tinggi, masih sangat terbatas. Selain itu, penelitian-penelitian sebelumnya cenderung berfokus pada aspek kognitif atau performatif, sementara pemaknaan subjektif mahasiswa terhadap pengalaman *ice breaking* dalam proses adaptasi akademik belum banyak dieksplorasi secara mendalam. Hal ini menjadi celah penting yang ingin dijawab melalui penelitian ini.

Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran dan dinamika penerapan teknik *ice breaking* dalam membangun dan mempertahankan semangat belajar mahasiswa semester I Program Studi PGMI di Universitas Islam Tribakti Lirboyo. Pertanyaan utama yang ingin dijawab dalam penelitian ini adalah: bagaimana mahasiswa mengalami, merespons, dan memaknai kegiatan *ice breaking* dalam proses pembelajaran mereka? Penelitian ini menjadi penting karena memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai strategi pembelajaran yang tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga menyentuh aspek afektif dan sosial mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi teoritis dan praktis dalam pengembangan pendekatan pembelajaran yang lebih humanistik, partisipatif, dan kontekstual, khususnya di lingkungan pendidikan tinggi berbasis pesantren.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Tribakti Lirboyo, dengan fokus pada Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI). Lokasi ini dipilih secara purposif karena peneliti sedang melaksanakan kegiatan TADRIS (*Teaching Assessment, Design & Research Instrument*) di kelas PGMI semester 1. Mahasiswa dalam kelas ini memiliki karakteristik unik, yaitu mayoritas berdomisili di pondok pesantren. Kondisi ini memberikan konteks sosial dan budaya tersendiri yang mempengaruhi cara belajar mereka, terutama karena aktivitas rutin di pesantren berpotensi memengaruhi semangat, fokus, dan kesiapan mereka dalam mengikuti perkuliahan formal di kampus.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Pendekatan ini dipilih untuk menggali secara mendalam makna pengalaman mahasiswa dalam mengikuti kegiatan *ice breaking* di awal perkuliahan. Fokus utama penelitian ini adalah bagaimana mahasiswa memaknai peran *ice breaking* dalam membangun semangat dan kesiapan mereka dalam proses pembelajaran. Subjek penelitian terdiri atas mahasiswa PGMI semester 1 yang aktif mengikuti perkuliahan dan kegiatan *ice breaking*, dengan pemilihan informan dilakukan secara purposif berdasarkan keterlibatan dan kesediaan mereka memberikan informasi yang mendalam.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam,

dan dokumentasi. Observasi dilakukan selama proses perkuliahan untuk mengamati dinamika kelas dan respons mahasiswa terhadap kegiatan *ice breaking*. Wawancara mendalam dilakukan secara semi-terstruktur untuk menggali pengalaman, persepsi, dan refleksi mahasiswa. Dokumentasi meliputi catatan perkuliahan, rekaman video pembelajaran, dan hasil refleksi tertulis mahasiswa.

Analisis data menggunakan teknik analisis tematik melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles & Huberman, 1994). Proses analisis dilakukan secara iteratif dan berkesinambungan dengan pendekatan induktif. Untuk menjamin keabsahan data, digunakan teknik triangulasi sumber dan teknik (Patton, n.d.). Penelitian ini berupaya memberikan gambaran yang utuh tentang bagaimana kegiatan *ice breaking* dimaknai oleh mahasiswa dengan latar belakang santri dalam konteks perkuliahan pendidikan tinggi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Melalui wawancara yang dilakukan dengan beberapa mahasiswa, mayoritas dari mereka mengungkapkan bahwa *Ice Breaking* memberikan efek positif terhadap peningkatan semangat belajar mereka. Mereka merasa lebih rileks dan lebih mudah untuk berfokus pada materi kuliah setelah melakukan aktivitas *Ice Breaking*. Salah satu mahasiswa menyatakan, “*Kalau sebelum mulai kuliah ada Ice Breaking, rasanya jadi lebih semangat, ngantuk hilang, dan lebih siap menerima materi*” (Informan M1). Ungkapan ini menggambarkan bahwa *Ice Breaking* membantu menciptakan kondisi psikologis yang lebih siap untuk belajar.

Selain itu, mahasiswa *juga* mengungkapkan bahwa kegiatan ini membantu mereka untuk merasa lebih dekat dengan teman sekelas dan lebih terbuka dalam berdiskusi. Seorang informan lain menambahkan, “*Biasanya kalau belum kenal, agak canggung diskusi. Tapi setelah ada permainan atau aktivitas lucu bareng, jadi lebih enak ngobrol sama teman*” (Informan M2). Hal ini menunjukkan bahwa *Ice Breaking* memiliki dampak sosial yang positif dalam membangun kedekatan antarmahasiswa.

Dosen yang *terlibat* dalam penelitian ini juga memberikan tanggapan positif terhadap penggunaan *Ice Breaking*. Mereka menyatakan bahwa mahasiswa yang sebelumnya terlihat pasif, setelah dilakukan *Ice Breaking*, menjadi lebih terlibat dalam pembelajaran. Salah satu dosen menyatakan, “*Biasanya kelas pagi itu mahasiswa lesu, tapi setelah Ice Breaking, mereka malah aktif bertanya dan berdiskusi*” (Informan D1). Pengamatan ini diperkuat oleh observasi langsung peneliti yang mencatat adanya perubahan ekspresi dan partisipasi mahasiswa sesaat setelah aktivitas *Ice Breaking* dilakukan. Misalnya, dalam salah satu perkuliahan, mahasiswa yang sebelumnya menunduk dan

tidak fokus mulai terlihat tersenyum dan mengangkat tangan untuk bertanya setelah sesi *Ice Breaking* berlangsung.

Pembahasan dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Ice Breaking* memiliki peran yang penting dalam menciptakan atmosfer pembelajaran yang lebih dinamis, terutama bagi mahasiswa yang mengalami kejenuhan akibat rutinitas yang padat, seperti halnya mahasiswa yang berdomisili di pondok pesantren. Kejenuhan yang dialami oleh mahasiswa dapat mengurangi motivasi mereka dalam mengikuti perkuliahan. Oleh karena itu, penerapan teknik *Ice Breaking* dapat menjadi solusi yang efektif dalam meningkatkan semangat belajar mahasiswa.

Menurut Salsabila, penerapan *Ice Breaking* tidak hanya mencairkan suasana tetapi juga meningkatkan minat belajar mahasiswa dengan cara mengaktifkan mental dan fisik mereka sebelum memulai materi pembelajaran yang lebih serius (Salsabila, A., Hidayat, R., & Nurdin, 2024). Teknik ini memungkinkan mahasiswa untuk menurunkan kecemasan yang mungkin mereka rasakan terkait tugas-tugas akademik yang menumpuk. Sejalan dengan itu, penelitian oleh (Marzatifa, L., Agustina, M., & Inayatillah, 2021) menunjukkan bahwa *Ice Breaking* mampu mengurangi kebosanan dan meningkatkan komunikasi antar mahasiswa, yang pada akhirnya berdampak positif pada prestasi akademik mereka.

Selain itu, berdasarkan observasi dan wawancara, penggunaan *Ice Breaking* memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk lebih mudah beradaptasi dengan pola pembelajaran di perguruan tinggi. Dalam konteks mahasiswa yang mayoritas berasal dari pondok pesantren, yang cenderung memiliki rutinitas yang sangat padat, penerapan *Ice Breaking* bisa menjadi alat untuk mengimbangi aktivitas akademik dengan suasana yang lebih santai dan menyenangkan. Hal ini selaras dengan penelitian oleh (Harianja, A., & Sapri, 2022) yang menyatakan bahwa suasana belajar yang menyenangkan dapat membantu mahasiswa meningkatkan daya serap terhadap materi pembelajaran.

Salah seorang mahasiswa menyampaikan, "*Saya kan tinggal di pondok, pagi sampai sore ada kegiatan. Jadi kalau kuliah langsung serius kadang capek banget. Tapi kalau ada Ice Breaking dulu, jadi lebih ringan rasanya*" (Informan M3). Hal ini menjadi penegasan bahwa *Ice Breaking* berfungsi sebagai "jembatan" transisi dari kepenatan ke kesiapan belajar.

Namun, meskipun penerapan *Ice Breaking* memberikan hasil yang positif, perlu diperhatikan bahwa tidak semua jenis *Ice Breaking* cocok untuk setiap mahasiswa. Setiap kelompok mahasiswa memiliki karakteristik yang berbeda, dan oleh karena itu, perlu dilakukan penyesuaian dalam

pemilihan aktivitas *Ice Breaking* yang digunakan. Seorang dosen mencatat, “*Kalau permainannya terlalu kekanak-kanakan, mahasiswa malah kurang antusias. Jadi memang harus disesuaikan dengan usia dan konteksnya*” (Informan D2). Pembelajaran lebih lanjut mengenai teknik *Ice Breaking* yang lebih bervariasi dan inovatif bisa menjadi langkah penting dalam meningkatkan efektivitas teknik ini.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa *Ice Breaking* dapat menjadi salah satu solusi yang efektif untuk meningkatkan semangat dan motivasi belajar mahasiswa, terutama bagi mereka yang cenderung merasa jenuh dengan aktivitas di pondok pesantren dan akademik yang padat.

Lebih lanjut, jika ditinjau dari perspektif teori pendidikan humanistik yang dikemukakan oleh Carl Rogers, pembelajaran akan efektif jika mahasiswa berada dalam kondisi psikologis yang nyaman dan bebas dari tekanan (Rogers, 1969). Temuan ini selaras dengan pernyataan Rogers bahwa suasana emosional yang positif merupakan kunci dalam menumbuhkan motivasi dan keterlibatan belajar. Aktivitas *Ice Breaking*, sebagaimana dirasakan oleh para mahasiswa, telah memberikan rasa nyaman, keterbukaan, dan kelekatan sosial yang mendorong munculnya kondisi psikologis ideal tersebut.

Demikian pula, teori motivasi belajar dari (Maslow, 1943) yang menempatkan kebutuhan akan rasa aman dan relasi sosial dalam hirarki kebutuhan manusia turut memperkuat temuan ini. *Ice Breaking* berperan memenuhi kebutuhan tersebut melalui suasana awal pembelajaran yang menyenangkan dan komunikatif. Hal ini terbukti dari pernyataan salah satu informan, “*Kalau sudah diajak main atau ketawa-ketawa di awal, saya jadi lebih semangat ikut kelas. Rasanya lebih santai dan enggak tegang*” (MH-4). Situasi seperti ini menunjukkan terpenuhinya kebutuhan afiliasi dan kenyamanan, yang menjadi dasar munculnya motivasi belajar intrinsik.

Dalam konteks pembelajaran aktif (*active learning*), sebagaimana dikemukakan oleh (Bonwell, C. C., & Eison, 1991), mahasiswa tidak hanya dituntut menyerap informasi, tetapi juga berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Aktivitas *Ice Breaking* yang mendorong keterlibatan emosional dan sosial mahasiswa sejak awal perkuliahan terbukti mampu menciptakan suasana partisipatif, sebagaimana diungkapkan dosen dalam wawancara: “*Biasanya mereka malu-malu, tapi setelah Ice Breaking, mereka mulai aktif nanya dan berdiskusi*” (DS-2).

Dengan demikian, temuan penelitian ini tidak hanya menunjukkan efektivitas *Ice Breaking* dari sisi pengalaman empiris lapangan, tetapi juga memperkuat landasan teoritis yang sudah ada dalam bidang psikologi pendidikan, pembelajaran humanistik, dan strategi pembelajaran aktif.

Maka, penerapan *Ice Breaking* sebaiknya tidak dipandang sebagai pelengkap semata, tetapi sebagai bagian integral dari strategi pembelajaran untuk menciptakan atmosfer yang mendukung tumbuhnya motivasi belajar mahasiswa secara berkelanjutan.

Implikasinya, dosen dan institusi pendidikan tinggi, khususnya pada konteks pendidikan pesantren, perlu merancang dan mengintegrasikan aktivitas pembuka seperti *Ice Breaking* secara sistematis dalam Rencana Pembelajaran Semester (RPS) sebagai bagian dari strategi pembelajaran yang memperhatikan aspek psikososial mahasiswa. Penelitian ini juga memberikan kontribusi teoretis dengan memperkaya khazanah kajian mengenai hubungan antara kondisi emosional mahasiswa dan motivasi belajar dalam perspektif pendekatan humanistik dan pembelajaran aktif. Selain itu, kontribusi praktis dari penelitian ini memberikan dasar bagi pengembangan pelatihan dosen dalam menciptakan pembelajaran yang adaptif terhadap kebutuhan mahasiswa milenial yang dinamis dan multitugas.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik *Ice Breaking* dalam pembelajaran terbukti memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan semangat belajar mahasiswa Program Studi PGMI Semester 1 Universitas Islam Tribakti Lirboyo. Aktivitas *Ice Breaking* mampu menciptakan suasana kelas yang lebih rileks, akrab, dan menyenangkan, sehingga mahasiswa lebih mudah fokus, merasa dihargai, serta termotivasi untuk mengikuti proses perkuliahan secara aktif. Temuan ini diperkuat oleh data emik dari hasil wawancara dan observasi yang menunjukkan perubahan suasana kelas serta respons positif dari mahasiswa terhadap kehadiran kegiatan pembuka tersebut. Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya pengembangan strategi pembelajaran yang tidak hanya menekankan pada aspek kognitif, tetapi juga memperhatikan kondisi emosional dan sosial mahasiswa, terutama mereka yang berasal dari latar belakang pesantren dengan rutinitas padat dan struktur yang kaku. Oleh karena itu, kegiatan *Ice Breaking* perlu dirancang dan diintegrasikan secara sistematis dalam perencanaan pembelajaran, sebagai sarana membangun koneksi emosional dan kesiapan belajar mahasiswa sejak awal perkuliahan.

Penelitian ini memberikan kontribusi teoretis dalam memperkaya kajian pembelajaran aktif dan humanistik, khususnya mengenai peran aspek afektif dalam meningkatkan motivasi belajar di lingkungan pendidikan tinggi berbasis pesantren. Kontribusi praktisnya terletak pada penyediaan dasar empiris bagi dosen dan institusi untuk mengembangkan model pembelajaran yang adaptif

dan responsif terhadap kebutuhan mahasiswa generasi milenial. Sebagai saran, penelitian lanjutan dapat mengembangkan kajian ini pada konteks program studi lain atau jenjang pendidikan yang berbeda, dengan menggunakan pendekatan kuantitatif atau campuran untuk mengukur efektivitas *Ice Breaking* terhadap variabel lain seperti partisipasi aktif, hasil belajar, atau kepuasan mahasiswa. Selain itu, eksplorasi jenis-jenis *Ice Breaking* yang paling sesuai dengan karakteristik kelas tertentu juga dapat menjadi fokus penelitian selanjutnya

REFERENSI

- Bonwell, C. C., & Eison, J. A. (1991). *Active Learning: Creating Excitement in the Classroom*. ASHE-ERIC Higher Education Report No. 1. George Washington University.
- Harianja, A., & Sapri, N. (2022). Suasana Belajar yang Menyenangkan dan Dampaknya Terhadap Daya Serap Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pengajaran*, 9(3), 211–223.
- Marzatifa, L., Agustina, M., & Inayatillah, I. (2021). Ice breaking: Implementasi, manfaat dan kendalanya untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa. *Al-Azkiya: Jurnal Ilmiah Pendidikan MI/SD*, 6(2).
- Maslow, A. H. (1943). *A theory of human motivation*. *Psychological Review*.
- MAULANA, M. S. (2022). PENERAPAN TEKNIK EMPTY CHAIR UNTUK MENGURANGI TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN NASIONAL PADA SISWA KELAS IX DI SMP NEGERI 17 MAKASSAR.
- Miles, M., & Huberman, A. (1994). Miles and Huberman Chapter 2. In *Qualitative Data Analysis* (pp. 50–72).
- Patton, M. Q. (n.d.). *Enhancing the quality and credibility of qualitative analysis*. *Health Services Research*.
- Rendy Wahyu Satriyo Putro, Tama Maysuri, S. H. (2024). View of Peningkatan Kolaborasi dan Komunikasi Melalui Ice Breaking: Pelatihan bagi Mahasiswa UKM Gerakan Pramuka Universitas Pattimura. Retrieved August 2, 2025, from <https://jurnal.budhimulia.com/index.php/masih/article/view/223/65>
- Rogers, C. R. (1969). *Freedom to Learn: A View of What Education Might Become*. Charles Merrill Publishing Company.
- Salsabila, A., Hidayat, R., & Nurdin, M. (2024). Efektivitas Ice Breaking dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Mahasiswa Pendidikan Tinggi. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pembelajaran*, 10(1), 45–55.