



## PENERAPAN ICE BREAKING TERHADAP MINAT BELAJAR SISWA AUTIS DI SD. MUHAMMADIYAH 02 MEDAN

Ade Irmayani

Universitas Dharmawangsa

---

**Keywords:**

*Ice Breaking*, Minat Belajar,  
Karakteristik Anak Autis

---

**\*Correspondence Address:**

[adeirmayani@gmail.com](mailto:adeirmayani@gmail.com)

**Abstract:** Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penerapan teknik *ice breaking* dalam meningkatkan minat belajar siswa autis. Siswa dengan autisme sering kali mengalami kesulitan dalam memfokuskan perhatian dan berinteraksi sosial, yang dapat berdampak negatif pada motivasi dan minat mereka di dalam kelas. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan melibatkan sejumlah siswa autis di sebuah sekolah inklusi. Data dikumpulkan melalui observasi langsung, wawancara mendalam dengan guru dan orang tua, serta analisis catatan harian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan *ice breaking* terbukti efektif dalam menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dan mengurangi kecemasan pada siswa autis. Aktivitas singkat ini membantu membangun koneksi antara siswa dengan materi pelajaran, serta menstimulasi interaksi positif antara siswa dan guru. Selain itu, konsistensi dalam penggunaan *ice breaking* juga berperan penting dalam membantu siswa autis beradaptasi dengan rutinitas kelas. Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan bahwa *ice breaking* dapat menjadi strategi pedagogis yang signifikan untuk meningkatkan minat, partisipasi, dan keterlibatan akademik siswa autis.

---

### PENDAHULUAN

Sekolah dasar adalah sekolah yang mengajarkan Pendidikan dasar untuk anak berusia 7 hingga 12 tahun (dalam banyak kasus 6 sampai 11 tahun). Sekolah dasar merupakan kelanjutan dari pra-sekolah dan dilanjutkan oleh sekolah menengah. Umumnya, tingkatan di sekolah dasar terbagi menjadi kelas 1 hingga kelas 6. Pendidikan di sekolah dasar di bekali dengan konsep pembentukan karakter, pemahaman abstrak hingga numerasi.

Menurut UUD 1945, Pengertian Pendidikan sekolah dasar merupakan suatu Upaya untuk mencerdaskan dan mencetak kehidupan bangsa yang bertaqwa, cinta dan bangga terhadap bangsa dan negara serta terampil, kreatif, berbudi pekerti dan santun serta mampu menyelesaikan masalah di lingkungannya.

Pendidikan merupakan hak fundamental bagi setiap individu, termasuk siswa dengan kebutuhan khusus seperti autisme. Namun, proses pembelajaran bagi siswa autis seringkali dihadapkan pada tantangan yang unik. Karakteristik utama autisme, seperti kesulitan dalam interaksi sosial, komunikasi, dan perilaku berulang, dapat secara signifikan mempengaruhi minat belajar dan partisipasi mereka di dalam kelas. Siswa autis cenderung mudah merasa cemas, terdistraksi, atau kewalahan oleh stimulus eksternal, yang pada akhirnya menghambat kemampuan mereka untuk fokus dan menyerap materi pelajaran secara optimal. Akibatnya, pendidik membutuhkan strategi yang inovatif dan adaptif untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, menyenangkan, dan relevan dengan kebutuhan spesifik mereka.

Salah satu pendekatan yang mulai mendapat perhatian adalah penerapan teknik *ice breaking*. Secara tradisional, *ice breaking* digunakan untuk mencairkan suasana dan membangun keakraban dalam kelompok. Namun, dalam konteks pendidikan inklusif, *ice breaking* berpotensi menjadi alat pedagogis yang kuat untuk memecah hambatan psikologis dan perilaku yang dialami oleh siswa autis. Aktivitas singkat dan terstruktur yang melibatkan gerakan fisik, musik, atau permainan visual dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan, meningkatkan fokus, dan membangun transisi yang lebih mulus antara satu kegiatan ke kegiatan lainnya.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam bagaimana penerapan *ice breaking* yang disesuaikan dapat mempengaruhi dan meningkatkan minat belajar siswa autis. Studi ini akan menganalisis efektivitas, jenis-jenis *ice breaking* yang paling cocok, serta implikasinya terhadap partisipasi, interaksi, dan motivasi akademis siswa autis. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi praktis bagi para pendidik, orang tua, dan pihak sekolah dalam merancang metode pengajaran yang lebih inklusif dan efektif.

## KAJIAN TEORETIS

Anak adalah tambatan hati orang tua, setiap anak memegang peranan penting dalam suatu rumah tangga. Setiap orang yang memiliki rumah tangga mendambakan anak yang sehat, cerdas dan baik akhlaknya. Semua itu bukanlah hal yang mudah mengingat anak adalah pewaris sifat dan keturunan orang tua. Anak adalah anugerah terbesar dalam suatu rumah tangga. Dikatakan anugerah karena anak adalah karunia yang datang dari Allah SWT, Dzat Yang Maha Kuasa, bukan dari Kepala Negara atau Kepala Daerah. Karunia itu adalah “anak” yang tidak ternilai harga dan manfaatnya bagi kedua orang tuanya, dan masyarakat sekitarnya. Karunia itu ternyata tidak untuk semua orang, tetapi untuk orang-orang tertentu yang dikehendaki oleh Allah SWT, terbukti banyak pasangan suami istri yang sudah lama menikah tetapi belum punya anak.

Manusia dilahirkan ke muka bumi ini dalam keadaan fitrah, yaitu suci, bersih, bebas dari segala dosa, dan memiliki kecenderungan sikap menerima agama, iman, dan tauhid. Adapun di dalam perkembangannya manusia akan berperilaku baik ataupun buruk akibat dari hasil pendidikan dan lingkungannya (Parhan et al., n.d.). Oleh karena itu, pendidikan sangat berperan penting dalam menjaga dan memelihara fitrah seorang manusia, yang akan mengembangkan dan mempersiapkan segala potensi yang dimiliki dan mengarahkannya menuju kebaikan dan kesempurnaan. Pengembangan fitrah manusia dapat dilakukan dengan cara belajar, yaitu melalui berbagai institusi atau lembaga pendidikan. Manusia belajar tidak hanya difokuskan pada pendidikan formal saja, seperti sekolah, melainkan juga dapat dilakukan secara nonformal atau diluar sekolah, baik dalam keluarga, masyarakat, maupun melalui Lembaga sosial keagamaan yang ada. Untuk itu, tugas pendidikan di dalam Islam harus mampu merealisasikan ‘ubūdiyāh kepada Allah swt di dalam kehidupan manusia, baik individu maupun masyarakat serta mampu memberikan bimbingan hidup beragama bukan hanya sekedar memberikan ajaran-ajaran sebagai pengetahuan semata.

Mengingat tingginya nilai anugerah berupa anak, maka sudah seharusnya manusia yang diberi anak itu bersyukur atau berterima kasih kepada Zat Yang Maha Pemurah dan Mengetahui. Secara garis besar, nikmat dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu: 1) nikmat yang menjadi tujuan. Bagi orang-orang beriman, tujuan utama yang ingin dicapai adalah kebahagiaan dunia dan akhirat. Tujuan akhir inilah yang diminta oleh orang-orang beriman setiap saat dengan lafadz, *Robbana aatina fiddunya hasanah wafil akhiroti hasanah waqina adhabannar.* (QS. Ali Imran: 201), dan 2) nikmat yang menjadi alat meliputi: a) kebersihan

jiwa dalam bentuk iman dan akhlak yang mulia, b) kesempurnaan tubuh mencakup kesehatan dan kekuatan, c) hal-hal yang membawa kesenangan seperti harta, kekuasaan, keluarga (termasuk di dalamnya anak) yang sehat dan menyenangkan, dan d) hal-hal yang membawa kepada keselamatan dan keutamaan mencakup petunjuk, hidayah, pertolongan, dan lindungan Allah SWT.

Dalam dunia Pendidikan seorang guru memiliki peranan yang sangat penting. Sehingga seseorang tertarik untuk menyekolahkan di suatu sekolah karena sekolah tersebut memiliki guru yang berkompeten di bidangnya dan perhatian kepada siswanya. Salah satu kemampuan guru yang wajib dimiliki adalah kemampuan pedagogic. Kompetensi pedagogic merupakan kompetensi yang dibutuhkan seorang guru dalam menciptakan proses pembelajaran yang efektif serta efisien. Adapun untuk mendapatkan hasil secara maksimal, seorang guru harus belajar untuk menguasai kompetensi pedagogic baik secara teori maupun praktek. (Rina Febriana 2019) Undang-undang No. 14 Tahun 2005 tentang guru dan dosen mengemukakan bahwa, kompetensi pedagogic adalah kemampuan mengelola pembelajaran peserta didik. Kompetensi ini sebagai pengelolaan pembelajaran, adapun kompetensi ini dapat dilihat dari kemampuan seorang guru dalam merencanakan program belajar mengajar, kemampuan melaksanakan pengelolaan proses pembelajaran serta melakukan penilaian.

Selain guru yang berkompeten dibutuhkan siswa yang dapat bersinergi dalam proses belajar mengajar. Siswa siswi di Indonesia pada setiap sekolah memiliki perbedaan suku, agama dan latar belakang ekonomi serta didikan yang sangat beragam. Sehingga butuh kesabaran dan kerja keras dari seorang guru sehingga proses belajar mengajar dapat berjalan dengan baik dan lancar. Sehingga menghasilkan lulusan yang berkompeten dan berdaya saing yang baik. Oleh sebab itu guru harus memiliki kemampuan untuk menghidupkan suasana belajar di kelas dengan beragamnya siswa yang mereka ajar, apalagi adanya siswa yang memiliki kebutuhan khusus.

Guru yang mengajarkan siswa berkebutuhan khusus contohnya siswa autis harus memiliki cara untuk membantu anak untuk mau ikut dalam proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru, salah satu contoh metode yang dapat dilakukan dengan menggunakan *Ice breaking* untuk menarik minat belajar siswa.

### **1. Konsep *Ice Breaking***

*Ice breaking* secara harfiah berarti "memecah es," yang dalam konteks pembelajaran merujuk pada aktivitas singkat dan interaktif yang dirancang untuk mencairkan suasana tegang, menghilangkan kebosanan, dan memecah kebekuan mental di dalam kelas. Tujuan utamanya adalah untuk mengembalikan fokus dan energi siswa, membuat mereka merasa lebih rileks dan antusias, serta meningkatkan konsentrasi sebelum atau di tengah proses belajar.

- Fungsi dan Tujuan: Teori pendidikan menyatakan bahwa kondisi emosional dan psikologis siswa sangat mempengaruhi kesiapan mereka untuk belajar. *Ice breaking* berfungsi sebagai transisi yang efektif, membantu siswa mengalihkan pikiran dari kejenuhan dan kembali ke mode belajar yang lebih reseptif. Manfaat utamanya adalah meningkatkan motivasi, menciptakan lingkungan yang dinamis, dan memfasilitasi interaksi positif antara siswa dan guru.
- Aktivitas yang Relevan: Jenis *ice breaking* bisa bervariasi, mulai dari permainan sederhana, teka-teki, nyanyian, hingga gerakan motorik. Dalam konteks siswa autis,

pemilihan aktivitas perlu disesuaikan dengan sensitivitas sensorik dan preferensi mereka.

- Manfaat Ice Breaking dalam Pembelajaran
  - Meningkatkan Fokus dan Konsentrasi Siswa: Kegiatan ice breaking seringkali melibatkan gerakan fisik atau tantangan yang memerlukan konsentrasi, sehingga dapat membantu siswa untuk kembali fokus setelah mengalami penurunan konsentrasi.
  - Membangun Keakraban dan Kerjasama: Ice breaking mendorong interaksi antar siswa, yang dapat membantu mereka saling mengenal lebih baik. Hal ini penting untuk membangun dinamika kelas yang positif, di mana setiap siswa merasa nyaman dan dihargai.
  - Meningkatkan Motivasi Belajar: Kegiatan yang menyenangkan dan menarik perhatian dapat meningkatkan motivasi siswa. Dengan suasana yang rileks, siswa lebih mudah terlibat aktif dalam pembelajaran.
  - Mengurangi Stres dan Kecemasan: Ice breaking yang dilakukan dengan humor atau permainan sederhana dapat mengurangi ketegangan atau kecemasan yang mungkin dirasakan siswa, terutama di awal pelajaran atau sebelum ujian.

## 2. Konsep Minat Belajar

Minat belajar adalah kecenderungan atau ketertarikan individu untuk terlibat dalam suatu kegiatan belajar, yang ditandai dengan perasaan senang, antusiasme, dan dorongan untuk berpartisipasi aktif. Minat bukan hanya sekadar kesukaan, tetapi juga kekuatan pendorong internal yang mempengaruhi seberapa besar perhatian dan usaha yang diberikan siswa pada suatu mata pelajaran.

- Faktor Pembentuk Minat: Menurut teori psikologi pendidikan, minat belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain: (a) Faktor Internal, seperti motivasi, kebutuhan, dan kondisi psikis siswa; dan (b) Faktor Eksternal, seperti lingkungan belajar, metode pengajaran guru, dan media yang digunakan. Guru yang mampu menciptakan suasana kelas yang menarik akan lebih mudah menumbuhkan minat belajar siswanya.
- Indikator Minat Belajar: Minat belajar dapat diukur melalui beberapa indikator, seperti tingkat partisipasi siswa, seberapa sering mereka mengajukan pertanyaan, kegembiraan atau ekspresi positif saat belajar, dan seberapa besar perhatian yang mereka berikan pada materi.

## 3. Karakteristik dan Teori Belajar Siswa Autis

Siswa dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) memiliki pola perkembangan yang unik yang mempengaruhi cara mereka belajar. Pemahaman terhadap karakteristik ini menjadi dasar dalam merancang strategi pembelajaran yang efektif, termasuk penerapan *ice breaking*.

- Karakteristik Utama:
  - Kesulitan Interaksi Sosial dan Komunikasi: Siswa autis seringkali kesulitan dalam memahami isyarat sosial nonverbal, bergiliran dalam percakapan, dan memulai interaksi dengan teman sebaya atau guru.

- Perilaku Berulang dan Keterbatasan Minat: Banyak siswa autis memiliki minat yang sangat intens dan berfokus pada topik tertentu, serta menunjukkan perilaku repetitif (stereotipik) yang berfungsi sebagai mekanisme regulasi diri.
- Sensitivitas Sensorik: Mereka dapat sangat sensitif terhadap suara, cahaya, sentuhan, atau gerakan, yang membuat lingkungan kelas tradisional sering kali terasa overwhelming dan memicu kecemasan.
- Teori Belajar yang Relevan:
  - Teori Belajar Behavioristik: Pendekatan ini menekankan pada penguatan perilaku positif. Dalam konteks ini, *ice breaking* yang menyenangkan dapat menjadi penguatan positif yang mendorong siswa untuk kembali fokus dan berpartisipasi.
  - Teori Belajar Kognitif: Teori ini memandang belajar sebagai proses mental. *Ice breaking* dapat membantu siswa mengalihkan perhatian dari "gangguan" mental dan memproses informasi baru dengan lebih efisien.
  - Pembelajaran Terstruktur (TEACCH): Metode ini mengandalkan visual dan struktur yang jelas untuk membantu siswa autis memahami ekspektasi dan rutinitas. *Ice breaking* yang terstruktur dan dapat diprediksi (misalnya, selalu dilakukan pada waktu yang sama) akan lebih efektif bagi siswa autis yang menyukai rutinitas.

Dengan menggabungkan ketiga kajian teori ini, penelitian ini akan menunjukkan bagaimana *ice breaking* yang dirancang secara khusus dapat menjadi jembatan yang menghubungkan karakteristik belajar siswa autis dengan peningkatan minat belajar mereka.

## METODE PENELITIAN

Sesuai dengan masalah dan tujuan penelitian, maka penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Metode pengumpulan data dengan wawancara dan observasi. Ketiga teknik ini digunakan untuk memperoleh data dan informasi yang diperlukan dan dapat saling menunjang dan saling melengkapi. Teknik analisis data yang dipakai menggunakan reduksi data, sajian data, penarikan kesimpulan dan verifikasi data.

Lokasi Penelitian ini adalah di Fakultas Agama Islam Universitas Dharmawangsa Medan yang berada di Jl. Kol. Yos Sudarso 20 224 Medan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil Penelitian

Berdasarkan data yang dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan analisis dokumentasi, penerapan teknik *ice breaking* pada siswa autis menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan minat belajar mereka. Sebelum intervensi, siswa autis cenderung menunjukkan indikator minat belajar yang rendah, seperti:

- Tingkat konsentrasi yang singkat: Siswa mudah terdistraksi oleh suara atau objek di luar materi pelajaran.
- Kecemasan dan penolakan: Beberapa siswa menunjukkan perilaku menghindar atau menolak untuk berpartisipasi dalam kegiatan kelas yang dianggap membingungkan atau terlalu "ramai."

- Keterbatasan interaksi: Siswa cenderung pasif dan tidak inisiatif dalam berinteraksi dengan guru atau teman sebaya terkait materi.

Setelah penerapan *ice breaking* yang terstruktur dan disesuaikan selama periode waktu tertentu, ditemukan perubahan positif sebagai berikut:

1. Peningkatan Fokus dan Keterlibatan: Siswa autisme menunjukkan peningkatan durasi fokus pada tugas setelah sesi *ice breaking*. Aktivitas seperti "Tebak Gerakan" atau "Tepuk dengan Pola" membantu mereka mengalihkan energi dan mempersiapkan mental untuk sesi belajar berikutnya.
2. Penurunan Kecemasan: Aktivitas *ice breaking* yang menyenangkan dan tidak menuntut interaksi sosial yang kompleks berhasil menciptakan suasana yang lebih rileks. Hal ini terlihat dari berkurangnya perilaku gelisah dan lebih banyak ekspresi wajah yang ceria atau tenang.
3. Partisipasi yang Lebih Baik: Siswa yang sebelumnya pasif kini lebih berani untuk berpartisipasi, seperti mengikuti instruksi gerakan, memberikan respons visual (misalnya, menunjuk gambar), atau bahkan meniru suara tertentu. Partisipasi ini secara bertahap menular ke dalam kegiatan pembelajaran inti.

## 2. Pembahasan

Temuan ini mendukung argumen bahwa *ice breaking* bukan sekadar selingan hiburan, melainkan alat pedagogis yang efektif, terutama dalam pendidikan inklusi. Dampaknya dapat dijelaskan melalui beberapa mekanisme:

- Sinergi antara *Ice Breaking* dan Karakteristik Autisme

Pembahasan menunjukkan bahwa *ice breaking* berhasil karena disesuaikan dengan kebutuhan sensorik dan kognitif siswa autisme. Aktivitas yang melibatkan gerakan motorik atau rangsangan visual (misalnya, flashcard) memberikan outlet positif bagi energi berlebih atau kecemasan sensorik. Ini sejalan dengan teori bahwa siswa autisme membutuhkan stimulasi terstruktur untuk membantu mereka menenangkan diri dan berfokus. Dengan menciptakan lingkungan yang dapat diprediksi dan tidak mengintimidasi, *ice breaking* mengurangi beban kognitif dan sosial yang seringkali menjadi hambatan utama bagi mereka.

- *Ice Breaking* sebagai Jembatan menuju Minat Belajar

Minat belajar siswa autisme seringkali sulit dibangkitkan karena mereka kurang termotivasi oleh interaksi sosial. *Ice breaking* mengatasi hal ini dengan mengubah suasana belajar menjadi "permainan" yang lebih menarik. Aktivitas ini berfungsi sebagai jembatan yang menghubungkan kondisi mental siswa (cemas, bosan) dengan tujuan pembelajaran (fokus pada materi). Ketika siswa merasakan kesenangan dan kesuksesan dalam *ice breaking* yang sederhana, mereka cenderung membawa perasaan positif tersebut ke dalam materi pelajaran. Hal ini konsisten dengan prinsip teori penguatan positif, di mana pengalaman yang menyenangkan akan mendorong perilaku partisipatif di masa depan.

- Pentingnya Konsistensi dan Prediktabilitas

Keberhasilan penerapan *ice breaking* juga sangat bergantung pada konsistensi dan prediktabilitas. Siswa autisme menyukai rutinitas. Ketika *ice breaking* menjadi bagian rutin dari transisi pembelajaran, mereka belajar untuk mengantisipasi dan secara internal mempersiapkan diri. Ini membantu mengurangi ketidakpastian, yang merupakan salah satu pemicu kecemasan terbesar bagi mereka. Dengan demikian, guru perlu merancang jadwal *ice breaking* yang teratur dan menyesuaikannya dengan respons siswa, sehingga aktivitas ini benar-benar berfungsi sebagai alat untuk menumbuhkan minat belajar, bukan hanya interupsi sesaat.

## KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerapan *ice breaking* terbukti efektif dalam meningkatkan minat belajar siswa autisme. Strategi ini bukan hanya sekedar aktivitas selingan, melainkan sebuah metode pedagogis yang secara khusus memenuhi kebutuhan unik siswa autisme.

Dengan *Ice breaking* mampu menurunkan kecemasan dan ketegangan, yang merupakan hambatan utama bagi siswa autisme dalam belajar. Dengan menciptakan suasana yang rileks dan menyenangkan, siswa menjadi lebih terbuka untuk menerima informasi baru. Aktivitas *ice breaking* yang terstruktur membantu siswa autisme mengalihkan perhatian dari gangguan dan menyiapkan mental mereka untuk fokus pada materi pelajaran. Hal ini berdampak langsung pada peningkatan partisipasi mereka di kelas. Terakhir *Ice breaking* menjadi jembatan antara kondisi psikologis siswa dan tujuan pembelajaran. Pengalaman positif yang mereka dapatkan dari aktivitas singkat ini menjadi penguat positif yang mendorong mereka untuk lebih aktif dan terlibat dalam kegiatan akademis selanjutnya.

Maka, penerapan *ice breaking* yang disesuaikan dengan karakteristik siswa autisme merupakan salah satu strategi yang signifikan dan dapat direkomendasikan bagi para pendidik untuk meningkatkan minat belajar, motivasi, dan keterlibatan siswa autisme di sekolah inklusi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, H. Z., & Sik, M. S. (2021). *Metode penelitian kualitatif*. CV. Syakir Media Press.
- Anggeriyane, E., Fitri, S. Y. R., Dhamayanti, M., & Rakhmawati, W. (2025). *Buku Saku Peduli Masalah Mental Emosional Anak Prasekolah Menuju Indonesia Emas 2045*. Penerbit NEM.
- Hidayat, Rahmat. 2016. *Ilmu Pendidikan Islam*. Medan : LPPI
- 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), 162-171.
- Sunedi, S., & Syaflin, S. L. (2024). Pengembangan e-modul ajar berbasis etno STEM pada kurikulum merdeka di sekolah dasar. *Jago MIPA: Jurnal Pendidikan Matematika dan IPA*, 4(2), 325-335.
- Rakhmawati, D. W., Al Ghozali, M. I., Nasution, B., Firmansyah, H., Asiah, S., Ridho, A., ... & Kusuma, Y. Y. (2021). *Teori & Konsep Pedagogik*. Penerbit Insania.
- Zakiyyah, D., Suswandari, M., & Khayati, N. (2022). Penerapan Ice Breaking Pada Proses Belajar Guna Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Iv Sd Negeri Sugihan 03. *Journal of Educational Learning and Innovation (ELIa)*, 2(1), 73-85.