

## Pengaruh Ice Breaking Terhadap Pengelolaan Emosi Dalam Keterampilan Berbicara Siswa Sekolah Dasar Kelas III SDN 5 Suwawa Menurut Vygotsky

Yunus Dama<sup>a \*</sup>, Mulyas Muhammad<sup>b</sup>, Yanti Ali<sup>c</sup>, Zahra Nur Adawiyah<sup>d</sup>, Siti Naila Molamahu<sup>e</sup>, Nadia Patta<sup>f</sup>, Kamelia Z. Singgima<sup>g</sup>, Zaskia Daming<sup>h</sup>, Elsawati Bahe<sup>i</sup>,

Prodi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Negeri Gorontalo

Email: [yunusdama7@gmail.com](mailto:yunusdama7@gmail.com)<sup>a</sup>, [muhammadmulis958@gmail.com](mailto:muhammadmulis958@gmail.com)<sup>b</sup>, [yantiali2022@gmail.com](mailto:yantiali2022@gmail.com)<sup>c</sup>, [zahraturadawiyah10@gmail.com](mailto:zahraturadawiyah10@gmail.com)<sup>d</sup>, [nailamolamahu@gmail.com](mailto:nailamolamahu@gmail.com)<sup>e</sup>, [nadiapatta628@gmail.com](mailto:nadiapatta628@gmail.com)<sup>f</sup>, [kameliazainudinsinggima@gmail.com](mailto:kameliazainudinsinggima@gmail.com)<sup>g</sup>, [zaskiadaming299@gmail.com](mailto:zaskiadaming299@gmail.com)<sup>h</sup>, [elsawatibahe@gmail.com](mailto:elsawatibahe@gmail.com)<sup>i</sup>

Diserahkan: April 2024 Diterima: April 2025 Dipublikasikan: Mei 2025

### KEYWORDS

Ice breaking,  
Emotional control,  
Speaking ability,  
Vygotsky,  
Elementary school student

### ABSTRACT

*This study aims to examine the impact of ice breaking activities on emotional control in elementary school students' speaking ability. According to Vygotsky's theory, children's learning process will be more successful if it is in the zone of proximal development and supported by pleasant social interactions. Ice breaking is used as an initial step in learning to create a positive and comfortable atmosphere. The methodology applied is direct observation and practice (turlap) on grade III students SDN 5 Suwawa. The findings show that students become more confident in speaking, can overcome nervousness, and are more active in expressing opinions after participating in ice breaking activities.*

### KATA KUNCI

Ice breaking,  
Pengendalian emosi,  
Kemampuan berbicara,  
Vygotsky,  
Siswa sekolah dasar

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak kegiatan ice breaking terhadap pengendalian emosi dalam kemampuan berbicara siswa sekolah dasar. Menurut teori Vygotsky, proses belajar anak akan lebih berhasil jika berada dalam zona perkembangan proksimal dan didukung oleh interaksi sosial yang menyenangkan. Ice breaking digunakan sebagai langkah awal dalam pembelajaran untuk menciptakan atmosfer yang positif dan nyaman. Metodologi yang diterapkan adalah observasi dan praktik langsung (turlap) pada siswa kelas III SDN 5 Suwawa. Temuan menunjukkan bahwa siswa menjadi lebih percaya diri dalam berbicara, dapat mengatasi rasa gugup, dan lebih aktif dalam menyampaikan pendapat setelah mengikuti kegiatan ice breaking.

\* Corresponding author name: Yunus Dama  
E-mail address: [yunusdama7@gmail.com](mailto:yunusdama7@gmail.com)

## Pendahuluan

Pembelajaran keterampilan berbicara di tingkat Sekolah Dasar sering kali menghadapi berbagai hambatan, terutama terkait dengan rasa takut, malu, atau ketidakpercayaan diri pada siswa. Ini menandakan ada emosi yang belum dikelola dengan baik. Salah satu cara yang bisa digunakan untuk membantu siswa mengatasi emosi tersebut adalah dengan melakukan kegiatan ice breaking.

Menurut Vygotsky, lingkungan sosial memengaruhi proses belajar anak, terutama melalui interaksi dan dukungan dari orang dewasa maupun teman sebayanya. Konsep Zona Perkembangan Proksimal (ZPD) menunjukkan bahwa anak lebih mudah belajar jika mendapatkan bantuan dalam suasana yang mendukung dan menyenangkan. Kegiatan ice breaking menjadi sarana yang ideal untuk menciptakan kondisi seperti itu.

Pembelajaran keterampilan berbicara di sekolah dasar merupakan aspek fundamental dalam pengembangan komunikasi siswa. Pada usia sekolah dasar, anak-anak masih dalam tahap perkembangan kognitif dan emosional yang membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar agar dapat mengekspresikan diri secara baik (Suherdi, 2012; Brown, 2001). Namun, dalam praktiknya, sering kali ditemukan hambatan berupa rasa takut, gugup, dan kurangnya kepercayaan diri ketika siswa diminta untuk berbicara di depan kelas. Hambatan ini tidak hanya berhubungan dengan kemampuan linguistik, tetapi juga erat kaitannya dengan pengelolaan emosi yang belum stabil pada anak-anak usia tersebut (Elias & Tobias, 1996).

Menurut Vygotsky (1978), pembelajaran anak akan lebih optimal jika berlangsung dalam *Zone of Proximal Development* (ZPD), yaitu zona ketika anak mampu menyelesaikan tugas dengan bantuan orang dewasa atau teman sebaya yang lebih kompeten. Dalam konteks ini, dukungan sosial dan emosional sangat penting untuk mendorong anak agar lebih berani berbicara (Daniels, 2001). Ice breaking sebagai strategi pembelajaran dapat dijadikan sarana menciptakan suasana positif yang memungkinkan siswa mengurangi rasa tegang sebelum melakukan aktivitas berbicara.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa kegiatan ice breaking mampu menciptakan iklim belajar yang lebih kondusif. Huda (2013) menjelaskan bahwa permainan atau aktivitas sederhana dalam pembelajaran tidak hanya memfasilitasi keterlibatan siswa, tetapi juga menurunkan hambatan psikologis yang mengganggu konsentrasi belajar. Aktivitas permainan sederhana juga terbukti dapat

meningkatkan motivasi dan fokus siswa (Slavin, 2005). Dengan demikian, ice breaking dapat diposisikan sebagai jembatan yang menghubungkan kesiapan emosional siswa dengan keterampilan berbicara yang diharapkan.

Fenomena di lapangan menunjukkan bahwa siswa kelas III SDN 5 Suwawa kerap menunjukkan gejala seperti wajah tegang, suara pelan, bahkan enggan untuk maju berbicara. Kondisi ini memunculkan pertanyaan: sejauh mana ice breaking dapat membantu siswa mengelola emosi mereka sehingga kemampuan berbicara juga meningkat? Pertanyaan ini penting dijawab melalui pendekatan ilmiah agar guru memiliki dasar empiris dalam merancang strategi pembelajaran berbasis suasana menyenangkan (Ormrod, 2008).

Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada pengaruh kegiatan ice breaking terhadap pengelolaan emosi dalam keterampilan berbicara siswa sekolah dasar. Landasan teoretis yang digunakan adalah teori Vygotsky mengenai ZPD dan pentingnya interaksi sosial dalam proses belajar (Lantolf & Thorne, 2006). Harapannya, hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi praktis dalam dunia pendidikan, khususnya bagi guru sekolah dasar untuk menciptakan pembelajaran yang efektif dan berpusat pada siswa.

## **Metode**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena fokus penelitian adalah memahami fenomena psikologis dan sosial yang dialami siswa secara mendalam, bukan sekadar mengukur angka-angka statistik (Creswell, 2016; Denzin & Lincoln, 2011). Subjek penelitian adalah siswa kelas III SDN 5 Suwawa tahun ajaran 2024/2025 yang berjumlah 25 orang.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif dan catatan lapangan. Observasi dilakukan dengan mencermati perilaku siswa sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan ice breaking, terutama ekspresi wajah, intonasi suara, keaktifan berbicara, dan interaksi dengan teman sebaya. Catatan lapangan dipakai untuk mendokumentasikan detail proses pembelajaran, termasuk respon spontan siswa selama kegiatan berlangsung (Patton, 2002).

Kegiatan ice breaking yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas beberapa bentuk permainan sederhana, seperti "Tebak Clue" dan "Tepuk Semangat". Permainan ini dipilih karena sesuai dengan karakteristik usia sekolah dasar yang

cenderung menyukai aktivitas bergerak, bermain, dan penuh keceriaan (Piaget, 1962). Setiap sesi ice breaking berlangsung selama 10–15 menit di awal pembelajaran keterampilan berbicara.

Analisis data dilakukan dengan teknik reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan sebagaimana dikemukakan oleh Miles, Huberman, & Saldaña (2014). Reduksi data dilakukan dengan memilah informasi relevan dari hasil observasi, kemudian menyajikannya dalam deskripsi naratif. Selanjutnya, dilakukan interpretasi berdasarkan teori Vygotsky untuk memahami hubungan antara ice breaking, pengelolaan emosi, dan keterampilan berbicara siswa (Moll, 1990).

Validitas data dijaga melalui triangulasi metode dan sumber. Data observasi dikonfirmasi dengan catatan lapangan, serta diverifikasi melalui diskusi dengan guru kelas sebagai informan pendukung. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan memiliki tingkat kepercayaan (trustworthiness) yang tinggi sesuai standar penelitian kualitatif (Lincoln & Guba, 1985).

## **Hasil**

Sebelum kegiatan ice breaking dimulai, banyak siswa terlihat kurang percaya diri untuk berbicara di depan kelas, menunjukkan wajah yang tegang, dan berbicara dengan suara yang sangat pelan. Namun, setelah ice breaking dilakukan, ada perubahan yang positif: siswa menjadi lebih berani untuk tampil di depan, ekspresi wajah mereka lebih santai dan bahagia, suara mereka terdengar lebih jelas dan penuh percaya diri, serta interaksi antar siswa meningkat.

Pernyataan ini sejalan dengan pendapat Vygotsky yang menekankan bahwa lingkungan pendidikan harus mencakup aspek sosial dan emosional. Ice breaking berfungsi sebagai dukungan yang membantu siswa untuk berada dalam Zona Perkembangan Proksimal (ZPD) mereka.

Hasil observasi menunjukkan adanya perbedaan mencolok pada kondisi emosional dan keterampilan berbicara siswa sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan ice breaking. Sebelum ice breaking, mayoritas siswa tampak tegang, cenderung pasif, serta berbicara dengan suara pelan. Beberapa siswa bahkan menolak ketika diminta maju untuk bercerita. Kondisi ini menegaskan adanya hambatan emosional yang memengaruhi performa berbicara mereka (Elias & Tobias, 1996).

Namun, setelah ice breaking dilakukan, terjadi perubahan signifikan. Siswa tampak lebih santai, berani tampil di depan kelas, dan mampu mengutarakan

pendapat dengan lebih jelas. Ekspresi wajah mereka lebih ceria, interaksi antar siswa meningkat, dan suasana kelas menjadi lebih hidup. Hal ini menunjukkan bahwa ice breaking berhasil menciptakan iklim pembelajaran yang positif serta membantu mengurangi hambatan emosional (Slavin, 2005).

Lebih jauh, ditemukan bahwa siswa yang semula paling pendiam justru mulai menunjukkan keberanian berbicara setelah terlibat aktif dalam permainan ice breaking. Misalnya, dalam permainan “Tebak Clue”, siswa berusaha memberikan petunjuk dengan suara lantang agar dipahami teman-temannya. Perubahan ini merupakan indikasi bahwa rasa percaya diri mereka meningkat secara bertahap (Brown, 2001).

Guru kelas yang terlibat dalam penelitian juga memberikan konfirmasi serupa. Menurut guru, siswa tampak lebih antusias mengikuti pelajaran keterampilan berbicara setelah kegiatan ice breaking dilakukan. Mereka tidak hanya berani berbicara, tetapi juga mampu mengelola emosi negatif seperti rasa malu dan gugup (Ormrod, 2008).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mendukung asumsi bahwa ice breaking berfungsi sebagai strategi efektif untuk membantu siswa mengontrol emosi sekaligus meningkatkan keterampilan berbicara. Temuan ini selaras dengan teori Vygotsky yang menekankan pentingnya interaksi sosial dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif (Vygotsky, 1978; Lantolf & Thorne, 2006).

## **Pembahasan**

Hasil dari studi menunjukkan bahwa aktivitas ice breaking memberikan dampak positif pada pengelolaan emosi dan kemampuan berbicara siswa di kelas 3 SDN 5 Suwawa. Setelah melakukan ice breaking, siswa tampak lebih percaya diri, berani untuk berbicara di depan kelas, dan lebih lancar dalam mengungkapkan pendapat. Berdasarkan teori Vygotsky, proses pembelajaran berlangsung melalui hubungan sosial. Aktivitas ice breaking menciptakan lingkungan yang menyenangkan yang mendorong siswa untuk berinteraksi tanpa merasa tertekan, sehingga emosi negatif seperti rasa malu dan ketakutan dapat diminimalisir. Ini membantu siswa berada dalam Zone of Proximal Development (ZPD), yaitu kondisi yang ideal untuk belajar dengan dukungan dari lingkungan sosial. Oleh karena itu, ice breaking tidak hanya membuat suasana menjadi lebih hangat, tetapi juga membantu dalam pengembangan emosional dan kemampuan berbicara siswa secara bersamaan.

Temuan penelitian ini memperlihatkan bahwa ice breaking memiliki peran penting dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif, sekaligus meningkatkan kemampuan berbicara siswa melalui pengelolaan emosi. Hal ini sejalan dengan pandangan Huda (2013) bahwa permainan dalam pembelajaran dapat menurunkan hambatan psikologis siswa dan memicu keterlibatan aktif mereka. Dalam konteks penelitian ini, ice breaking berhasil mengurangi ketegangan yang biasanya muncul ketika siswa diminta tampil di depan kelas (Slavin, 2005).

Berdasarkan teori Vygotsky, kegiatan ice breaking dapat dipandang sebagai bentuk *scaffolding*, yakni dukungan sementara yang diberikan untuk membantu siswa mencapai potensi belajar mereka. Dengan adanya suasana menyenangkan, siswa dapat masuk ke dalam *Zone of Proximal Development* (ZPD) di mana mereka mampu berbicara lebih lancar dengan bantuan lingkungan sosial yang suportif (Daniels, 2001; Lantolf & Thorne, 2006). Dengan demikian, ice breaking tidak hanya berdampak pada aspek emosional, tetapi juga berfungsi sebagai katalis dalam proses internalisasi keterampilan berbicara.

Selain itu, temuan ini juga sejalan dengan penelitian Suherdi (2012) yang menekankan pentingnya pendidikan karakter dalam pembelajaran bahasa. Aktivitas ice breaking yang sarat nilai kebersamaan, sportivitas, dan keberanian dapat menumbuhkan karakter positif pada siswa. Hal ini membuktikan bahwa pendekatan emosional dan sosial dalam pembelajaran bahasa sama pentingnya dengan penguasaan aspek kognitif (Elias & Tobias, 1996).

Namun demikian, penelitian ini juga menemukan bahwa dampak ice breaking tidak bersifat instan dan membutuhkan keberlanjutan. Jika guru hanya sesekali menggunakan ice breaking tanpa konsistensi, maka rasa percaya diri siswa dapat kembali menurun. Oleh sebab itu, guru perlu menjadikan ice breaking sebagai bagian integral dari strategi pembelajaran, bukan sekadar variasi sesaat (Ormrod, 2008).

Dengan demikian, dapat ditegaskan bahwa ice breaking merupakan strategi pembelajaran yang efektif dalam membantu siswa sekolah dasar mengelola emosi dan meningkatkan keterampilan berbicara. Implementasi yang konsisten serta didukung pemahaman teoretis yang kuat akan semakin memperbesar kontribusinya terhadap pencapaian tujuan pendidikan dasar (Piaget, 1962).

## **Kesimpulan**

Kegiatan ice breaking terbukti berpengaruh positif terhadap pengelolaan emosi dan keterampilan berbicara siswa kelas III SDN 5 Suwawa. Dengan menciptakan suasana yang menyenangkan dan interaktif, siswa menjadi lebih percaya diri, mampu mengendalikan emosi negatif, serta lebih aktif dalam menyampaikan pendapat. Hasil penelitian ini mendukung teori Vygotsky mengenai pentingnya interaksi sosial dalam proses belajar, sekaligus memberikan implikasi praktis bagi guru sekolah dasar untuk menjadikan ice breaking sebagai bagian dari strategi pembelajaran berorientasi siswa.

### **Ucapan Terimakasih**

Penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang mendalam kepada semua individu yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam proses penulisan artikel ini. Khususnya kepada:

1. Dosen pengampu yang telah memberikan arahan, saran, dan dukungan yang sangat berharga selama penulisan artikel ini.
2. Pihak sekolah dasar yang menjadi lokasi penelitian, termasuk kepala sekolah, para guru, dan siswa yang telah bersedia untuk bekerja sama dan memberikan informasi yang di perlukan.
3. Tema-teman sejawat dan rekan mahasiswa yang telah memberikan dorongan serta masukan selama proses penelitian berlangsung.

### **Referensi**

- Brown, H. D. (2001). *Teaching by Principles: An Interactive Approach to Language Pedagogy*. Longman.
- Creswell, J. W. (2016). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Sage Publications.
- Daniels, H. (2001). *Vygotsky and Pedagogy*. Routledge.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2011). *The Sage Handbook of Qualitative Research*. Sage.
- Elias, M. J., & Tobias, S. E. (1996). *Social Problem Solving: Interventions in the Schools*. Guilford Press.
- Huda, M. (2013). *Berbagai Model Pengajaran dan Pembelajaran: Tantangan Metodis dan Paradigmatik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Lantolf, J. P., & Thorne, S. L. (2006). *Sociocultural Theory and the Genesis of Second Language Development*. Oxford University Press.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. Sage.

- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. Sage.
- Moll, L. C. (1990). *Vygotsky and Education: Instructional Implications and Applications of Sociocultural Psychology*. Cambridge University Press.
- Ormrod, J. E. (2008). *Educational Psychology: Developing Learners*. Pearson.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative Research & Evaluation Methods*. Sage.
- Piaget, J. (1962). *Play, Dreams and Imitation in Childhood*. W.W. Norton.
- Slavin, R. E. (2005). *Cooperative Learning: Theory, Research, and Practice*. Allyn & Bacon.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.