

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Ada pengaruh yang signifikan antara penerapan *ice breaking* terhadap konsentrasi belajar yang ditandai dengan hasil uji t yang menunjukkan nilai *P-Value* $0.000 < 0.005$ atau nilai *t* hitung $> t$ tabel = $10,18 > 1,668$, dengan persentase pengaruhnya adalah sebesar 62,08% yang didasarkan pada hasil uji koefisien determinasi dengan hasil *R square* menunjukkan angka 62,08%, berdasarkan tabel skala tingkatan koefisien determinasi, rentang pengaruh penerapan *ice breaking* terhadap konsentrasi belajar berada pada rentang 60%-79% yaitu berada pada kategori tinggi.
2. Ada pengaruh yang signifikan antara penerapan *ice breaking* terhadap semangat belajar yang ditandai dengan hasil uji t yang menunjukkan nilai *P-Value* $0.000 < 0.005$ atau nilai *t* hitung $> t$ tabel = $9,12 > 1,668$, dengan persentase pengaruhnya adalah sebesar 55,73% yang didasarkan pada hasil uji koefisien determinasi dengan hasil *R square* menunjukkan angka 55,73%, berdasarkan tabel skala tingkatan koefisien determinasi, rentang pengaruh penerapan *ice breaking* terhadap semangat belajar berada pada rentang 40%-59% yaitu berada pada kategori sedang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh penerapan *ice breaking* terhadap konsentrasi belajar dan semangat belajar siswa Madrasah Tsanawiyah Makrifatul Ilmi Bengkulu Selatan, menunjukkan bahwa penerapan *ice breaking*

memberikan kontribusi pengaruh sebesar 62,08% terhadap konsentrasi belajar dan 55,73% terhadap semangat belajar siswa. Maka peneliti memberikan saran untuk meningkatkan konsentrasi dan semangat belajar siswa sebagai berikut:

1. Guru disarankan menerapkan *ice breaking* yang menuntut konsentrasi, kecepatan respons, dan keterlibatan aktif siswa agar pengaruhnya terhadap konsentrasi belajar yang tergolong tinggi dapat dipertahankan dan ditingkatkan.
2. Guru disarankan lebih memaksimalkan *ice breaking* untuk meningkatkan semangat belajar siswa karena hasil penelitian menunjukkan pengaruhnya berada pada kategori sedang, sehingga perlu dikombinasikan dengan strategi pembelajaran yang lebih menarik dan interaktif.

C. Rekomendasi

1. Rekomendasi Untuk Pihak Sekolah
 - a. Sekolah sebaiknya mendukung penerapan *ice breaking* dalam pembelajaran dengan menyediakan kebijakan yang mendorong guru menggunakan variasi aktivitas ringan di sela-sela pelajaran.
 - b. Sekolah perlu memfasilitasi pelatihan atau *workshop* bagi guru tentang strategi pembelajaran aktif, termasuk teknik *ice breaking* yang sesuai dengan karakter siswa MTs.
 - c. Sekolah sebaiknya melakukan supervisi akademik secara berkala untuk memastikan guru menerapkan pembelajaran yang menarik, tidak monoton, dan mampu menjaga fokus belajar siswa.

2. Rekomendasi Untuk Guru MTs Makrifatul Ilmi

- a. Guru sebaiknya menggunakan *ice breaking* secara terencana pada saat siswa mulai kehilangan fokus, agar konsentrasi belajar tetap terjaga selama pembelajaran berlangsung.
- b. Guru perlu memilih bentuk *ice breaking* yang singkat, menyenangkan, dan relevan dengan materi pelajaran, supaya tidak mengganggu alur pembelajaran.
- c. Guru sebaiknya mengevaluasi respons siswa setelah penerapan *ice breaking*, sehingga dapat mengetahui jenis kegiatan yang paling efektif meningkatkan semangat belajar siswa.

3. Rekomendasi Untuk Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya sebaiknya meneliti *ice breaking* dengan variabel lain yang dapat mempengaruhi konsentrasi dan semangat belajar yang pada penelitian ini belum diketahui variabel apa saja selain *ice breaking* yang memberikan sumbangan pengaruh terhadap konsentrasi belajar dan semangat belajar.
- b. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan desain penelitian yang berbeda, misalnya eksperimen atau quasi eksperimen, untuk melihat perbedaan pengaruh *ice breaking* secara lebih kuat.
- c. Peneliti selanjutnya sebaiknya memperluas objek penelitian ke jenjang atau madrasah yang berbeda agar hasil penelitian dapat dibandingkan dan digeneralisasikan dengan lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abubakar, H Rifa'i. *Pengantar Metodologi Penelitian*. SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga, 2021.
- Ali, Maulana Muhammad. *Al Qur'an Terjemah Dan Tafsir*. Darul Kutubil Islamiyah, 2015.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta. Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Arum, Dini Sekar, Efikasi Diri, Strategi Pembelajaran, Kreativitas Guru, and Orang Tua. "Strategi Pembelajaran Dalam Penguatan Motivasi Untuk Meningkatkan Prestasi Akademik Siswa" 3, no. 1 (n.d.): 37–47.
- Azani, Astri. "Hakikat Belajar Dan Pembelajaran." *Mutiara: Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah* 2, no. 3 (2024).
- Berat, Cedera Kepala, Peran Manajer, Keperawatan Dalam, Menciptakan Motivasi, Kerja Perawat, Kompres Hangat, Dan Relaksasi, et al. "Jurnal Penelitian Keperawatan." *STIKES RS. Baptis Kediri* 4, no. 2 (2018).
- Broto, Felix Sad Windu Wisnu. *Modul Latihan Kepemimpinan Tingkat Dasar Metode AR*. Deepublish, 2020.
- Castle, Paul, and Scott Buckler. *How to Be a Successful Teacher: Strategies for Personal and Professional Development*. Worcester UK: Sage Publication Ltd, 2009.
- Crismest, Merry, Sari Sitorus, Saut Mardame, Simamora Amir, Pgsd Fkip, and Stkip Pangeran. "Hubungan Antara Motivasi Belajar Dan Prestasi Belajar Siswa Di SDN 101786 Medan Helvetia Tahun Ajaran 2024/2025" 10, no. September (2025): 252–66.
- Deci, Edward L, and Richard M Ryan. *Self-Determination Theory*, 2012.
- Deswanti, Ida Ayu Putu, Agus Budi Santosa, and Nanda William. "Pengaruh Ice Breaking Terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar Pada Pembelajaran Tematik." *TANGGAP: Jurnal Riset Dan Inovasi Pendidikan Dasar* 1, no. 1 (2020): 20–28.
- Direktur, Jenderal Sumber Daya Air. *TEKNIK MEMECAH KEBEKUAN (ICE BREAKING)*, 2019.
- Dwiwarna, SMA. "4 Faktor Yang Mempengaruhi Konsentrasi Belajar Siswa." Humas SMA Dwiwarna, 2021. <https://www.smadwiwarna.sch.id/faktor-yang-mempengaruhi-konsentrasi-belajar-siswa/>.

- Fitriyani, Aida, Guspiyar Rahman, Maryam Syahira, Siti Hasanah, and Hajir Tajiri. "Pengaruh Ice Breaking Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas 5 Di SDN Sukamulya." *Proceedings UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 2024, 1–11.
- Gusmawati, Lutfi, Sitti Aisyah, and Siti Ummu Habibah. "Upaya Peningkatan Prestasi Belajar Pada Siswa Sekolah Dasar." *PENSA: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosia* 2, no. 1 (2020): 36–42.
- Harahap, Fatma Dewani. "Pengaruh Sarapan Pagi Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa SD Di Kota Medan." *Jurnal Pendidikan Indonesia* 5, no. 3 (2025): 3–6. <https://doi.org/10.59818/jpi.v5i3.1623>.
- Haslianti. "Pengaruh Kebisingan Dan Motivasi Belajar Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Siswa." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 7, no. 4 (2019).
- Heriyani, Eka, Nur Aulia, Dwi Dewanti, Elinda Adilla Alivia, Faiz Maghfiraldi, and Afifah Fityah Azzahra. "Tinjauan Literatur: Pola Belajar Efektif Dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa." *Renjana Pendidikan Dasar* 5, no. 2 (2025): 125–31.
- Hidayati, Hafida, Wahyudi, and Suhartono. "Penerapan Model Project Based Learning (PjBL) Dengan Media Konkret Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Hasil Belajar Matematika Materi Bangun Ruang Pada Siswa Kelas V." *Kalam Cendekia: Jurnal Ilmiah Kependidikan* 13, no. 1 (2025): 664–73.
- Ihsan, Helli. "Validitas Isi Alat Ukur Penelitian: Konsep Dan Panduan Penilaiannya." *Pedagogia* 13, no. 3 (2015): 173–79.
- Indonesia, Pemerintah Pusat. "Undang-Undang (UU) Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional." *JDIH BPK*, 2003. <https://peraturan.bpk.go.id/details/43920/uu-no-20-tahun-2003>.
- Ismi, Annisa Dio, Dwi Prasetyawati Diyah Hariyanti, and Ismatul Khasanah. "Pengaruh Penggunaan Ice Breaking Terhadap Konsentrasi Belajar Anak Usia Dini." *Jurnal Wawasan Pendidikan* 1, no. 2 (2021): 197–203.
- Kartini, and Nurus Sa'adah. "Dampak Musik Religi Terhadap Konsentrasi Belajar (Studi Kasus: Mahasiswa Pascasarjana BKi 2021-2022)." *Jurnal Pendidikan Dan Konseling* 4, no. 5 (2022): 6033–38.
- KBBI. "Konentration." KBBI Dalam Jaringan. Accessed December 9, 2025. <https://kbbi.web.id/konsentration>.
- Kuantitatif, Pendidikan Pendekatan. "Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D." *Alfabeta, Bandung*, 2016.
- Lavie, Nilli, Aleksandra Hirst, Jan W De Fockert, and Essi Viding. "Load Theory

of Selective Attention and Cognitive Control.” *Journal of Experimental Psychology: General* 133, no. 3 (2004): 339.

Marzatifa, Leta, Maya Agustina, and Inayatillah Inayatillah. “Ice Breaking: Implementasi, Manfaat Dan Kendalanya Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa.” *Al - Azkiya : Jurnal Ilmiah Pendidikan MI/SD*, 2021. <https://doi.org/10.32505/3013>.

Moleong, Lexi J. “Metode Penelitian Kualitatif. Edisi Revisi. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.” OECD (Organisation for Economic Co-operation and Development), 1999.

Mulyati, S. “Serious Game to Training Focus for Children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder: ‘Tanjung Adventure to the Diamond Temple.’” *Khazanah Informatika : Jurnal Ilmu Komputer Dan Informatika*, 2023. <https://doi.org/10.23917/khif.v9i1.18393>.

Nata, DRHA. “Perspektif Islam Tentang Strategi Pembelajaran,” 2014. https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=mI9ADwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Nata,+Abudin.+2015.+Perspektif+Islam+Tentang+Strategi+Pembelajaran.+Jakarta:+Kencana.&ots=3DVGAv1QBI&sig=-HZsHtpMgJJxtvkuGJT_hgDw2EQ.

Ngui, Heni Hardianti, Ani Juniati, and Edy Nurfalah. “Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VI Melalui Media Pembelajaran Canva Di UPT SDN Mondokan Tuban” 12, no. I (2025): 1–14.

Ningrum, Betta Puspita, and Ignatia Sumarah Sumarah. “Peningkatan Konsentrasi Dan Hasil Belajar Materi Gaya Dengan Model Discovery Learning Dan Media E-Modul Di Kelas IV SDK Sang Timur Yogyakarta” 5, no. 2 (2025): 1806–15.

Nurfitri, Wa Ode, Melianus Salakory, and Susan E Manakane. “Pengaruh Minat Belajar Siswa Terhadap Hasil Belajar Mata Pelajaran IPS Geografi Di SMA Negeri 13 Buru Selatan Kecamatan Kepala Madan Kabupaten Buru Selatan The Influence of Students ’ Learning Interest on Learning Outcomes in District , Buru Selatan Regen.” *Jurnal Geografi Dan Pendidikan Geografi* 4, no. 2 (2025): 77–89.

Nurmilasari, Desynta, Aurelyn Ayu, Vara Azzahra, Lucyana Lucky Edward, and Nurul Ilmi. “Analisis Faktor Minat Dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Akademik Siswa Di Sekolah Menengah Atas” 9 (2025): 4405–9.

Pane, Aprida, and Muhammad Darwis Dasopang. “Belajar Dan Pembelajaran.” *Fitrah: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman* 3, no. 2 (2017): 333–52.

Pujihastuti, Isti. “Prinsip Penulisan Kuesioner Penelitian.” *CEFARS: Jurnal*

Agribisnis Dan Pengembangan Wilayah 2, no. 1 (2010): 43–56.

Rambe, Siska Amelia S, and Muhamad Nukman. “Analisis Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran IPAS” 6, no. 1 (2025): 877–86. <https://doi.org/10.37985/murhum.v6i1.1334>.

Riinawati. “Hubungan Konsentrasi Belajar Siswa Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Sekolah Dasar.” *Edukatif-Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2022.

Rohmah, Siti. “Implementasi Teknik Ice Breaking Untuk Meningkatkan Aktivitas Belajar Dan Hasil Belajar Siswa Kelas V MI Mathaliul Ulum I Malangan Pademawu Timur Pamekasan.” *Jurnal Pendidikan Ibtidaiyah*, 2020, 76–92.

Rusdi, Muhammad, M Isnando Tamrin, and Rahma Yulia. “Faktor Penyebab Kurangnya Konsentrasi Belajar Siswa Di Tengah Pembelajaran Pada Mata Pelajaran Fikih Di MTsS Madinatul Munawwarah Bukittinggi.” *Multiple: Journal of Global and Multidisciplinary* 1, no. 6 (2023): 634–39.

Sa’diyah, Khalimatus, and Firdaus Suhaimy. “Pengaruh Penggunaan Ice Breaking Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Studi Survei Di Smk Negeri 7 Jakarta.” *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)* 9, no. 3 (2023): 1880–93.

Said, Muhammad. *80+ Ice Breaker Games-Kumpulan Permainan Penggugah Semangat*. Penerbit Andi, 2010.

Salman. “Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran IPA Kelas VII SMP Negeri 11 Tarakan,” 2025.

Sirait, Syahriani, Anim, Elfira Rahmadani, and Ely Syafitri. “Penerapan Ice Breaking Game Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa” 7, no. 2 (2023): 265–72. <https://doi.org/10.36526/tr.v.>

Slameto. “Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya.” *Jakarta: Rineka Cipta*, 2010, 8–44.

Subagyo, P Joko. “Metode Penelitian Dalam Teori Dan Praktek,” 1991.

Suhartono, Isnain Barkah. “Penerapan Ice Breaking Sebagai Upaya Peningkatan Efektivitas Proses Belajar Mengajar Siswa Kelas Iv Sdn Mulyorejo Ii Ngantang.” *Jurnal Penelitian PGSD FKIP UMM*, 2016.

Suryoharjuno, Kusumo. “Ice Breaker Penyemangat Belajar.” *Madiun: Ilman Nafia*, 2014.

Susanah, Riya, and Dedy Hidayatullah Alarifin. “Penerapan Permainan Penyegar (Ice Breaking) Dalam Pembelajaran Fisika Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Hasil Belajar.” *Jurnal Pendidikan Fisika* 2, no. 1 (2014).

- Susanti, Sani, Andriani Helda Manalu, Novianti Pakpahan, and Sarah Anjelina Pinem. "Analisis Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Akibat Penggunaan Gadget Di Sma Methodist 7 Medan , Jl . Madong Lubis No . 7 Medan Analysis of Students ' Learning Concentration Due to Gadget Use at SMA Methodist 7 Medan , Jl . Madong Lubis No . 7 Medan." *Jurnal Intelek Insan Cendikia* 2, no. 6 (2025): 11658–65.
- Sweller, John. "Cognitive Load During Problem Solving: Effects on Learning." *Cognitive Science* 12, no. 2 (April 1, 1988): 257–85. https://doi.org/https://doi.org/10.1207/s15516709cog1202_4.
- Syarifuddin, Ahmad. "Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya." *Ta'dib* 16, no. 1 (2011): 57–58.
- Tahir, Rusdin, Annisa Fitri Anggraeni, Suyono Thamrin, Maria Lusiana Yulianti, Winda Lestari, Andina Nurul Wahidah, Ainum Jhariah Hidayah, Sa'dianoor Sa'dianoor, Alvira Pranata, and Nopita Sar. *Metodologi Penelitian: Teori, Masalah Dan Kebijakan*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2023.
- Uktufiyana, Wilfa Rifqiyah, and Mualim Wijaya. "Penerapan Ice Breaking Dalam Meningkatkan Semangat Siswa Belajar Bahasa Arab Di Madin An-Nasyi'in Sentong." *FONDATIA* 9, no. 2 (2025): 423–36.
- Widayanti, Aprilia Nur, Muhtarom, and S Sumarno. "Validasi Butir Instrumen Angket Motivasi Belajar Siswa Menggunakan Formula Aiken." *Jurnal Pengembangan Dan Penelitian Pendidikan* 07, no. 1 (2025): 234–44.
- Yulia, Nurhayati Sispa, and Ardi Satrial Zulmasri. "Implementasi Kegiatan Ice Breaking Dalam Meningkatkan Semangat Belajar Siswa." *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 11, no. 1 (2026): 46–59.
- Z, Neni Elvira, and Herman Nirwana. "Studi Literatur : Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran" 1, no. 2 (2023): 350–59.
- Zahroh, Navisa Dwi, Topo Yono, and Ahmad Sulaiman. "Implementasi Game Silent Ball Sebagai Pembelajaran PJOK Untuk Meningkatkan Fokus Belajar Pada Siswa." *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 2025. <https://doi.org/10.31539/1pg82k94>.
- Zuhaery, Muhammad, Dian Hidayati, and Muhammad Hidayat. "Penerapan Ice Breaking Dalam Proses Pembelajaran Sebagai Pengalaman Belajar Yang Menyenangkan." *Academy of Education Journal* 15, no. 2 (2024): 1412–17.