ISSN: 2549-8959 (Online - Elektronik)
Pages 2245-2257
Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini
journal homepage: https://obsesi.or.id/index.php/obsesi

Meningkatkan Konsentrasi Belajar Melalui *Ice Breaking* pada Anak di Taman Kanak-Kanak

Ernita Setiawati [a]✉, **Nurhafizah** [b]
[a b] Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Negeri Padang, Indonesia
DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8686

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peningkatan konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun di TK Budi Bhakti melalui kegiatan *ice breaking*. Penelitian menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) model Kemmis dan McTaggart yang dilaksanakan dalam dua siklus dengan subjek 14 anak. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan *ice breaking* efektif meningkatkan konsentrasi belajar anak. Rata-rata persentase konsentrasi belajar meningkat dari 35% pada tahap pra-penelitian menjadi 50% pada siklus I dan 83% pada siklus II. Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan *ice breaking* yang menarik dan sesuai dengan karakteristik anak mampu meningkatkan fokus, keterlibatan, serta kemampuan anak dalam mengikuti pembelajaran. Kegiatan *ice breaking* direkomendasikan untuk diterapkan secara rutin sebagai salah satu strategi pembelajaran yang dapat membantu meningkatkan konsentrasi anak usia dini selama mengikuti proses belajar.

Kata Kunci: *Anak usia dini, Ice breaking, Konsentrasi belajar, Rentang perhatian*

Abstract

This study aimed to analyze the improvement of learning concentration among children aged 5–6 years at TK Budi Bhakti through ice-breaking activities. The study employed a Classroom Action Research (CAR) design based on the Kemmis and McTaggart model, which was conducted in two cycles involving 14 children as the research participants. Data were collected through observation, interviews, and documentation, and were analyzed using both quantitative and qualitative approaches. The findings indicated that the implementation of ice-breaking activities effectively improved children's learning concentration. The average percentage of learning concentration increased from 35% in the pre-research stage to 50% in Cycle I and 83% in Cycle II. These findings demonstrate that engaging ice-breaking activities designed according to children's developmental characteristics can enhance their focus, participation, and ability to engage in learning activities. Therefore, incorporating ice-breaking activities into daily classroom instruction is recommended as a learning strategy to support and improve the learning concentration of young children throughout the learning process.

Keywords: *Attention span, Early childhood, Ice breaking, Learning concentration*

Copyright (c) 2026 Ernita Setiawati & Nurhafizah.
✉ Corresponding author :
E-mail address : ernitasetiawati08@gmail.com
Received 15 Juni 2026, Accepted 15 July 2026, Published 15 July 2026

Pendahuluan

Anak usia dini merujuk pada individu yang berada pada rentang usia 0–6 tahun, suatu periode yang ditandai dengan laju pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Oleh sebab itu, fase ini kerap disebut sebagai “usia emas” karena memiliki peran yang sangat menentukan dalam kehidupan selanjutnya (Hasanah, 2016). Masa usia dini merupakan tahapan yang dialami oleh setiap individu dan hanya berlangsung satu kali sepanjang siklus kehidupan, sehingga pemanfaatannya perlu dilakukan secara optimal. Pada tahap ini, anak

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8686

berada dalam proses perubahan yang signifikan, sehingga pemahaman mengenai perkembangan anak usia dini perlu mencakup seluruh aspek perkembangannya (Talango, 2020). Dalam mendukung proses tersebut, peran orang dewasa sangat diperlukan, khususnya dalam menyediakan sarana bermain edukatif yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik setiap tahap perkembangan anak. Anak usia dini mencakup individu sejak dalam kandungan hingga masa awal kehidupan yang sedang mengalami perkembangan fisik, mental, kepribadian, serta pertumbuhan, baik yang mengikuti layanan pendidikan anak usia dini maupun yang tidak (Berthelon dkk., 2021).

Setiap anak memiliki potensi yang berbeda sehingga memerlukan stimulasi yang sesuai agar perkembangan potensi tersebut dapat berlangsung dengan baik. Menurut pandangan para ahli, seperti Diana dan NAEYC, pemberian stimulasi pendidikan yang sesuai pada periode ini memiliki peran yang sangat penting dalam menunjang perkembangan anak (Afifah dkk., 2023). Dalam konteks pembelajaran, guru memiliki peran utama dalam menciptakan pengalaman belajar yang bermakna bagi peserta didik. Peran guru sebagai pendidik juga tidak dapat dipisahkan dari kemampuannya dalam merancang pembelajaran yang mampu menghadirkan suasana menyenangkan bagi peserta didik (Delfia & Nurhafizah, 2019). Oleh karena itu, pembelajaran perlu dirancang secara menarik sekaligus mampu mendukung pencapaian tujuan yang telah ditetapkan (Maulana dkk., 2024). Pemberian stimulasi yang bervariasi dan disesuaikan dengan karakteristik masing-masing anak akan mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan dengan lebih baik, sehingga anak mampu mengembangkan potensinya secara maksimal serta siap menghadapi berbagai tantangan di masa mendatang (Nawir dkk., 2024).

Konsentrasi belajar pada anak dipengaruhi oleh kapasitas kognitif masing-masing individu dalam memusatkan perhatian terhadap materi yang sedang dipelajari. Perhatian tersebut berfungsi untuk meningkatkan peluang peserta didik dalam menerima serta memahami informasi yang disampaikan (Hanafiah dkk., 2022). Secara teoretis, rendahnya konsentrasi dapat berdampak pada menurunnya hasil belajar dan berkurangnya kesungguhan anak dalam mengikuti pembelajaran. Kurangnya kesungguhan ini selanjutnya dapat menghambat pemahaman terhadap materi. Di samping itu, tingkat konsentrasi belajar anak juga dipengaruhi oleh minat serta kondisi lingkungan belajar yang kondusif dan mendukung (Maqrisa dkk., 2024). Konsentrasi memiliki peran yang signifikan dalam menunjang pencapaian akademik serta perkembangan peserta didik (Narti, 2025). Dalam praktik pembelajaran di kelas, sering ditemukan permasalahan terkait rendahnya tingkat konsentrasi anak. Anak cenderung mudah terdistraksi oleh lingkungan sekitar, cepat merasa bosan, serta kurang mampu mengikuti kegiatan pembelajaran secara berkelanjutan (Puspitasari & Marzuki, 2023).

Kondisi tersebut juga ditemukan pada anak usia 5–6 tahun di TK Budi Bhakti, dimana sebagian besar anak menunjukkan perilaku tidak fokus saat proses pembelajaran diantaranya yaitu berbicara dengan teman ketika sedang mengerjakan tugas, sering berpindah ke aktivitas lain ketika proses pembelajaran berlangsung, tidak memperhatikan dengan fokus ketika guru menjelaskan, kurang mampu memahami dan mengikuti instruksi dari guru, serta kurang terlibat aktif dalam kegiatan pembelajaran. Anak-anak tersebut cenderung lebih tertarik untuk melakukan aktivitas sesuai dengan keinginan masing-masing dibandingkan mengikuti kegiatan pembelajaran yang sedang berlangsung. Selain itu, rendahnya konsentrasi anak juga terlihat dari kemampuan anak dalam mempertahankan perhatian. Beberapa anak hanya mampu fokus dalam waktu singkat sampai akhirnya terdistraksi oleh lingkungan sekitar. Kondisi ini menyebabkan proses pembelajaran kurang berjalan dengan baik karena anak tidak dapat menerima informasi yang disampaikan guru dengan baik. Pada saat kegiatan berlangsung, guru juga sering mengulang instruksi beberapa kali agar anak dapat memahami tugas yang diberikan. Apabila kondisi ini tidak segera diatasi, maka dapat berdampak pada rendahnya pencapaian perkembangan anak.

Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa konsentrasi belajar anak masih perlu ditingkatkan agar proses pembelajaran dapat berlangsung lebih efektif, mengingat konsentrasi belajar yang baik merupakan aspek penting bagi anak usia dini karena berkaitan dengan kemampuan mereka dalam memusatkan perhatian, memahami instruksi, serta menyelesaikan kegiatan pembelajaran. Anak yang memiliki konsentrasi belajar yang baik cenderung lebih mudah mengikuti arahan guru, aktif dalam kegiatan, dan mampu menyelesaikan tugas dengan lebih baik. Berbagai faktor dapat memengaruhi konsentrasi belajar anak, di antaranya kurangnya motivasi, kondisi lingkungan belajar yang kurang mendukung, serta penggunaan media atau metode pembelajaran yang kurang menarik. Penyajian pembelajaran yang monoton dapat menimbulkan kebosanan sehingga perhatian anak mudah teralihkan ke hal lain di luar kegiatan belajar (Zola & Nurhafizah, 2021). Oleh karena itu, diperlukan upaya yang tepat dan menarik untuk membantu meningkatkan konsentrasi belajar anak sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan perkembangan anak usia dini.

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8686

Untuk mengatasi permasalahan konsentrasi tersebut, penerapan kegiatan *ice breaking* dalam pembelajaran dapat berfungsi sebagai upaya menciptakan kesiapan belajar sekaligus menghadirkan pengalaman belajar yang menyenangkan bagi anak usia dini. Melalui suasana yang lebih santai dan menyenangkan, kegiatan ini mampu mengurangi kejenuhan yang sering muncul selama proses pembelajaran berlangsung. Pembelajaran yang dikemas dengan teknik *ice breaking* juga terbukti dapat membantu anak mengatasi rasa bosan serta meningkatkan keterlibatan mereka dalam aktivitas belajar (Puspita, 2023). Kegiatan ini dapat berupa permainan sederhana, gerak dan lagu, maupun aktivitas lainnya yang dapat menarik perhatian anak dan mengurangi kejenuhan selama proses pembelajaran. Dengan adanya *ice breaking*, diharapkan anak dapat kembali fokus, lebih bersemangat, dan siap untuk mengikuti kegiatan belajar selanjutnya. Penerapan kegiatan *ice breaking* diharapkan mampu menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan, membangun kondisi kelas yang kondusif, serta meningkatkan minat dan motivasi peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran (Maghfiroti dkk., 2023).

Dalam menyusun strategi *ice breaking* yang efektif, guru perlu mempertimbangkan karakteristik serta kebutuhan masing-masing siswa seperti keunikan dan perbedaan dalam cara belajar maupun berinteraksi (Arif dkk., 2024) & (Saputro & Talan, 2017). Oleh sebab itu, guru dituntut untuk peka terhadap keragaman tersebut dan mampu menyesuaikan kegiatan *ice breaking* dengan kebutuhan serta minat siswa. Sebagai contoh, ada siswa yang lebih tertarik pada aktivitas fisik yang melibatkan gerakan, sementara sebagian lainnya cenderung menyukai kegiatan yang berkaitan dengan seni atau musik. Dengan memperhatikan perbedaan preferensi ini, guru dapat menciptakan pengalaman ice breaking yang lebih menarik dan sesuai bagi seluruh siswa (Arintistia & Kholik, 2022) & (Wirman dkk., 2018).

Beberapa penelitian terdahulu yang relevan dan mendukung penelitian ini terkait penerapan *ice breaking* dalam meningkatkan konsentrasi belajar pada anak usia dini diantaranya yaitu penelitian Afifah dkk. (2023), Maqrisa dkk. (2024), Nawir dkk. (2024), serta Novelinna & Putri (2025). Dalam penelitian mereka menyatakan bahwa kegiatan *ice breaking* terbukti efektif dalam meningkatkan konsentrasi belajar pada siswa. Perbedaan dengan penelitian ini terkait subjek penelitian yaitu meliputi lokasi dan jumlah responden.

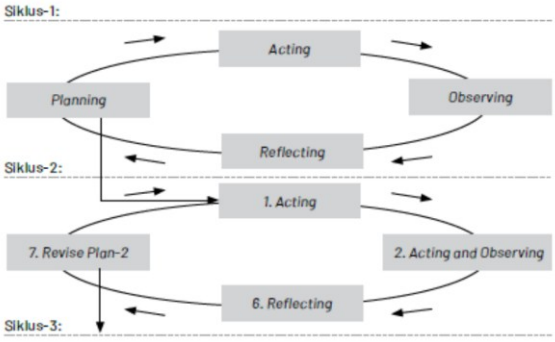
Walaupun kegiatan *ice breaking* telah dikenal sebagai salah satu pendekatan yang dapat meningkatkan motivasi serta mengurangi kejenuhan dalam proses pembelajaran, implementasinya di lembaga PAUD umumnya masih dilakukan secara spontan dan belum tersusun secara sistematis. Selain itu, kajian ilmiah yang secara khusus meneliti penerapan *ice breaking* secara terencana—misalnya pada tahap awal maupun pertengahan pembelajaran—sebagai upaya untuk meningkatkan konsentrasi anak usia dini masih tergolong terbatas.

Berdasarkan kondisi dan fenomena tersebut, terdapat celah penelitian (*research gap*) terkait bagaimana penerapan kegiatan *ice breaking* sebagai upaya meningkatkan konsentrasi anak dalam kegiatan pembelajaran. Selain itu, perlu dikaji bagaimana upaya sistematis untuk meningkatkan konsentrasi belajar anak melalui penerapan kegiatan *ice breaking*. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana penerapan kegiatan *ice breaking* dalam meningkatkan konsentrasi belajar pada anak usia 5–6 tahun di TK Budi Bhakti. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan kegiatan *ice breaking* dalam meningkatkan konsentrasi belajar pada anak usia 5–6 tahun di TK Budi Bhakti. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pendidikan anak usia dini, khususnya yang berkaitan dengan strategi pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan konsentrasi belajar melalui kegiatan *ice breaking*.

Metodologi

Penelitian ini menerapkan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) model Kemmis & McTaggart yang diarahkan untuk memperbaiki kualitas proses pembelajaran melalui implementasi kegiatan *ice breaking*. Pendekatan ini dipilih karena memberikan ruang bagi peneliti untuk melakukan intervensi secara langsung terhadap permasalahan yang muncul di kelas, khususnya berkaitan dengan rendahnya tingkat konsentrasi belajar anak. Prosedur penelitian dilaksanakan secara siklus yang mencakup tahap perencanaan (*planning*), pelaksanaan tindakan (*acting*), pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflecting*) (Utomo dkk., 2024). Berikut alur PTK menurut Kemmis & McTaggart:

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8686



Gambar 1. PTK Model Kemmis & McTaggart
Sumber: (Utomo dkk., 2024)

Subjek penelitian melibatkan anak usia 5–6 tahun di TK Budi Bhakti yang berjumlah 14 anak, yang terdiri dari 8 anak laki-laki dan 6 anak perempuan. Penentuan subjek dilakukan secara menyeluruh (total subjek), mengingat fokus penelitian ini adalah perbaikan proses pembelajaran dalam satu kelas tanpa penerapan teknik sampling (Tumurang, 2024). Pemilihan kelompok tersebut didasarkan pada hasil observasi awal yang mengindikasikan bahwa konsentrasi belajar anak masih memerlukan peningkatan.

Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk memperoleh data mengenai perilaku anak yang relevan dengan indikator konsentrasi belajar selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Adapun dokumentasi dimanfaatkan sebagai data pendukung berupa rekaman aktivitas pembelajaran yang terjadi di kelas. Selain observasi dan dokumentasi, peneliti juga melakukan wawancara dengan guru guna memperoleh informasi yang lebih mendalam mengenai konsentrasi belajar anak selama proses pembelajaran (Rahmayani dkk., 2025). Va

Instrumen penelitian yang digunakan berupa lembar observasi yang disusun berdasarkan indikator konsentrasi belajar anak, antara lain kemampuan memusatkan perhatian, ketahanan konsentrasi, kemampuan mengikuti instruksi, antusiasme belajar, fokus perhatian pada tugas, ketepatan waktu dalam menyelesaikan tugas, serta keterlibatan dalam kegiatan pembelajaran. Penyusunan instrumen dilakukan dengan mempertimbangkan kesesuaian terhadap karakteristik perkembangan anak usia dini (Saripudin & Durtam, 2024). Validitas instrumen menggunakan validasi ahli sedangkan realibilitas menggunakan uji konsistensi antarobserver. Adapun kisi-kisi dari lembar observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Tentang Konsentrasi Melalui *Ice Breaking* pada Anak Usia 5–6 Tahun di TK Budi Bhakti

No	Indikator yang Diamati	Deskripsi Perilaku Anak	1	2	3	4
1	Fokus perhatian pada guru	Anak mampu memperhatikan penjelasan guru tanpa mudah terdistraksi (tidak menoleh ke arah lain, tidak bermain sendiri) selama kegiatan berlangsung.				
2	Ketahanan konsentrasi	Anak dapat mempertahankan perhatian dalam waktu tertentu (±10 menit) tanpa berpindah aktivitas.				
3	Keterlibatan dalam kegiatan	Anak aktif berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran (menjawab, bertanya, atau mengikuti aktivitas).				
4	Antusiasme belajar	Anak menunjukkan ekspresi senang, semangat, dan tertarik saat mengikuti kegiatan belajar.				
5	Respon terhadap instruksi	Anak mampu memahami dan mengikuti instruksi dari guru dengan tepat saat proses pembelajaran.				
6	Fokus perhatian pada tugas	Anak fokus mengerjakan tugas tanpa bermain atau berbicara diluar kegiatan belajar.				
7	Ketepatan waktu	Anak dapat menyelesaikan tugas yang diberikan sampai selesai sesuai waktu yang ditentukan.				

Pengumpulan data dilakukan dengan mencentang poin-poin yang ada dalam daftar. Instrumen yang digunakan berupa daftar penilaian dengan kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), Berkembang Sesuai

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8686

Harapan (BSH), Mulai Berkembang (MB), dan Belum Berkembang (BB). Adapun indikator munculnya konsentrasi anak disajikan pada tabel berikut.

Tabel 2. Ketentuan Penilaian

Skor	Kategori
4	Berkembang Sangat Baik (BSB)
3	Berkembang Sesuai Harapan (BSH)
2	Mulai Berkembang (MB)
1	Belum Berkembang (BB)

Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif persentase. Data penelitian dianalisis dengan kombinasi kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif yang diperoleh melalui wawancara dan dokumentasi dianalisis secara tematik untuk memahami secara lebih mendalam berbagai aspek yang berkaitan dengan konsentrasi belajar anak selama proses kegiatan pembelajaran berlangsung. Sementara itu, data kuantitatif diperoleh dari hasil lembar observasi pada setiap indikator konsentrasi belajar yang kemudian diberi skor kriteria yang telah ditentukan (Purwanza, 2022). Selanjutnya, skor yang diperoleh dihitung dalam bentuk persentase menggunakan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase tingkat konsentrasi belajar anak
F = Jumlah skor yang diperoleh
N = Jumlah skor maksimal

Hasil persentase kemudian dikategorikan ke dalam kriteria perkembangan anak sebagai berikut:

Tabel 3. Kriteria Persentase Tingkat Konsentrasi Belajar Anak

Persentase	Kategori
76% - 100%	Berkembang Sangat Baik (BSB)
51% - 75%	Berkembang Sesuai Harapan (BSH)
26% - 50%	Mulai Berkembang (MB)
0% - 25%	Belum Berkembang (BB)

Kriteria keberhasilan dalam penelitian ini ditentukan apabila rata-rata persentase mencapai minimal 75% atau sebagian besar anak mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) atau Berkembang Sangat Baik (BSB) pada indikator konsentrasi belajar yang telah ditetapkan (Nurainillah & Mu'min, 2025).

Hasil dan Pembahasan

Pra-penelitian

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan sebelum pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) terhadap 14 anak di TK Budi Bhakti, diperoleh data mengenai tingkat konsentrasi belajar anak yaitu sebanyak 8 anak masuk dalam kategori Belum Berkembang (BB), 5 anak masuk dalam kategori Mulai Berkembang (MB), serta hanya 1 orang anak yang dikategorikan Berkembang Sesuai Harapan (BSH).

Tabel 4. Data Pra-penelitian

Kategori	Pra-penelitian	
	Jumlah Anak	Persentase (%)
Berkembang Sangat Baik (BSB)	0	0
Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	1	7,1
Mulai Berkembang (MB)	5	35,8
Belum Berkembang (BB)	8	57,1
Total	14	100

Data pada tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar anak yaitu sebanyak 57,1% masih berada pada kategori Belum Berkembang (BB). Rata-rata persentase konsentrasi anak yaitu sebesar 35%. Berdasarkan data

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8686

awal tersebut, maka diperlukan pelaksanaan tindakan untuk meningkatkan kemampuan konsentrasi belajar anak di TK Budi Bhakti.

Siklus I

Pelaksanaan tindakan pada siklus I dimulai dengan kegiatan berdoa bersama. Setelah itu guru mengajak anak untuk melakukan *ice breaking* melalui permainan "Hujan Rintik" untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan serta membangun semangat anak sebelum memulai kegiatan inti. Pada kegiatan ini anak cukup antusias mengikuti arahan dari guru, walaupun masih terdapat beberapa anak yang belum sepenuhnya fokus dan masih bercanda dengan teman di sekitarnya. Setelah kegiatan awal selesai, guru menjelaskan kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan, yaitu menulis huruf dan menggambar pemandangan. Guru kemudian menerangkan materi pembelajaran di papan tulis dengan memberikan contoh bentuk huruf serta gambar pemandangan sederhana yang bisa dibuat oleh anak. Guru menjelaskan materi secara perlahan agar anak dapat memahami instruksi yang diberikan guru sebelum mulai mengerjakan tugas.



Gambar 2. *Ice Breaking* "Hujan Rintik"

Setelah guru menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, guru membagikan kertas HVS kepada setiap anak untuk digunakan dalam kegiatan menulis huruf dan menggambar. Sebagian anak mulai memperhatikan contoh yang diberikan guru dan mencoba mengikuti arahan yang telah dijelaskan. Namun, selama proses pembelajaran masih terlihat beberapa anak yang mudah terdistraksi oleh lingkungan sekitar. Ada anak yang berbicara dengan temannya, berjalan ke tempat duduk teman lain, serta belum mampu mempertahankan fokus dalam waktu yang cukup lama. Melihat kondisi tersebut, guru kembali melakukan *ice breaking* di tengah pembelajaran dengan menyanyikan "Tepuk Santiang" bersama anak-anak. Kegiatan tersebut dilakukan untuk mengembalikan perhatian dan semangat anak agar lebih siap melanjutkan pembelajaran. Setelah kegiatan *ice breaking* selesai, anak kembali melanjutkan tugas membuat huruf dan menggambar pemandangan pada kertas HVS yang telah disediakan.



Gambar 3. *Ice Breaking* "Tepuk Santiang"

Pada akhir kegiatan, sebagian anak terlihat mulai mampu menyelesaikan tugas dengan cukup baik, tetapi masih terdapat beberapa anak yang memerlukan bantuan dan arahan dari guru. Hasil observasi pada siklus I menunjukkan bahwa kemampuan konsentrasi anak masih belum berkembang sesuai harapan. Hal ini terlihat dari masih banyaknya anak yang mudah kehilangan fokus, kurang memperhatikan instruksi guru, serta belum

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8686

mampu menyelesaikan kegiatan secara mandiri. Meskipun demikian, penerapan *ice breaking* di sela pembelajaran mulai memberikan dampak positif terhadap perhatian dan keterlibatan anak selama proses pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan hasil pengolahan data pada siklus I menunjukkan bahwa terdapat 1 anak yang masuk dalam kategori Belum Berkembang (BB), 7 anak masuk dalam kategori Mulai Berkembang (MB), dan 5 anak masuk kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH). Pada siklus I ini sudah terdapat anak yang masuk dalam kategori Berkembang Sangat Baik (BSB) yaitu sebanyak 1 anak. Data pada Tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar anak masuk dalam kategori Mulai Berkembang (MB) yaitu sebesar 50%.

Tabel 5. Data Observasi Siklus I

Kategori	Siklus I	
	Jumlah Anak	Persentase (%)
Berkembang Sangat Baik (BSB)	1	7,1
Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	5	35,8
Mulai Berkembang (MB)	7	50
Belum Berkembang (BB)	1	7,1
Total	14	100

Hasil refleksi pada siklus I menunjukkan bahwa tingkat konsentrasi anak masih dalam tahap perkembangan awal. Hal ini dapat dilihat dari sebagian besar anak yaitu 50% masih berada dalam kategori Mulai Berkembang (MB). Rata-rata persentase perkembangan konsentrasi anak yang diperoleh pada siklus I yaitu sebesar 50%. Jika dibandingkan dengan kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan, angka tersebut menunjukkan bahwa tindakan pada siklus I belum mencapai target yang diharapkan. Kriteria keberhasilan dalam penelitian ini yaitu apabila rata-rata persentase mencapai minimal 75% dengan kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) atau Berkembang Sangat Baik (BSB). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan konsentrasi anak masih perlu ditingkatkan melalui perbaikan tindakan pada siklus berikutnya.

Siklus II

Kegiatan awal pada siklus II dimulai dengan berdoa bersama sebelum pembelajaran. Kemudian guru mengajak anak melakukan kegiatan *ice breaking*. Kegiatan *ice breaking* pada siklus II ini dirancang lebih variatif dibandingkan siklus I, yaitu dengan meggunakan kombinasi lagu dan gerakan yang lebih aktif. Anak diajak untuk menyanyikan lagu "Buka Tutup" sembari tubuh mereka melakukan gerakan sesuai dengan iringan lagu. Selain lagu "Buka Tutup", anak juga diajak untuk melakukan "Tepuk Fokus" yang bertujuan untuk membangun semangat dan konsentrasi anak selama kegiatan pembelajaran. Pada kegiatan awal ini terlihat bahwa anak-anak lebih antusias, lebih aktif, dan lebih siap untuk mengikuti kegiatan dibandingkan dengan siklus sebelumnya.



Gambar 4. *Ice Breaking* "Buka Tutup"

Setelah kegiatan awal selesai, guru menjelasakan kegiatan pembelajaran yang akan dilaksanakan hari ini yaitu menggunting dan menempel bentuk seperti lingkaran, segitiga, dan persegi menjadi bentuk orang. Kegiatan dengan aktivitas menggunting dan menempel ini dipilih karena lebih menarik, menyenangkan, dan melibatkan motorik anak secara langsung sehingga diharapkan anak lebih aktif dan fokus selama pembelajaran berlangsung. Guru terlebih dahulu menerangkan pola bentuk yang akan digunting dan ditempel serta contoh hasilnya kepada anak, kemudian guru menjelaskan langkah-langkah kegiatan secara rinci dan perlahan agar

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8686

mudah dipahami. Setelah itu, guru membagikan kertas berisi pola bentuk dan kertas HVS kosong untuk menempelkan bentuk yang sudah digunting nantinya. Selanjutnya guru juga meminta anak untuk mengambil gunting, lem, dan pensil warna di loker mereka masing-masing.

Anak mulai menggunting kertas sesuai bentuk yang diinginkan untuk ditempel menjadi bentuk seperti orang. Pada tahap ini, sebagian besar anak sudah mampu mengikuti instruksi guru dengan baik dibandingkan pada siklus I. Anak juga lebih fokus dan tenang selama mengerjakan tugas yang diberikan. Untuk mengembalikan suasana kelas menjadi lebih hidup dan membantu anak mengurangi rasa bosan, guru kembali mengajak anak untuk melakukan *ice breaking* dengan menyanyikan lagu "Kepala Pundak Lutut Kaki". Setelah itu, anak kembali melanjutkan tugas menempel bentuk yang sudah digunting tadi pada kertas HVS menjadi gambar orang sesuai dengan kreativitas masing-masing. Sebagian anak menambahkan berbagai bentuk lain seperti rambut, bunga, rumah, matahari, dan lain-lain sebagai tambahan pada hasil karya mereka.



Gambar 5. *Ice Breaking* "Kepala Pundak Lutut Kaki"

Pada akhir kegiatan, sebagian besar anak sudah mampu menyelesaikan tugas dengan baik tanpa bantuan dari guru. Selama kegiatan berlangsung, anak terlihat lebih aktif, lebih percaya diri, dan mampu mempertahankan perhatian lebih lama dibandingkan pada siklus I. Anak juga tampak lebih mandiri dalam menyelesaikan tugas dan tidak terlalu sering meminta bantuan guru. Selain itu, suasana pembelajaran terlihat lebih kondusif karena sebagian besar anak fokus pada kegiatan yang sedang dilakukan. Berdasarkan hasil observasi pada siklus II, kemampuan konsentrasi anak mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Anak sudah mampu memusatkan perhatian dengan lebih baik, mengikuti instruksi guru secara terarah, serta menyelesaikan tugas dengan lebih mandiri. Penggunaan kegiatan kolase menggunting dan menempel yang dipadukan dengan *ice breaking* terbukti mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan sehingga anak menjadi lebih fokus, aktif, dan antusias selama proses pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan hasil pengolahan data pada siklus II, diperoleh bahwa sebanyak 10 orang anak masuk dalam kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), 3 anak masuk kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), 1 anak masuk kategori Mulai Berkembang (MB), dan tidak ada anak yang masuk kategori Belum Berkembang (BB). Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa sebagian besar anak yaitu 71,4% sudah masuk dalam kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), sehingga dapat diinterpretasikan bahwa konsentrasi belajar anak mengalami peningkatan yang signifikan pada siklus II ini.

Tabel 6. Data Observasi Siklus II

Kategori	Siklus II	
	Jumlah Anak	**Persentase (%)**
Berkembang Sangat Baik (BSB)	10	71,4
Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	3	21,5
Mulai Berkembang (MB)	1	7,1
Belum Berkembang (BB)	0	0
Total	14	100

Tindakan pada siklus II menunjukkan bahwa terdapat peningkatan konsentrasi belajar anak melalui penerapan *ice breaking*. Pada siklus I, sebagian besar anak yaitu 50% berada pada kategori Mulai Berkembang (MB), sedangkan pada siklus II, sebagian besar anak yaitu 71,4% berada pada kategori Berkembang Sangat Baik (BSB). Pada siklus I, implementasi *ice breaking* sudah mulai menarik perhatian anak dan mampu menciptakan kondisi belajar yang menyenangkan. Namun, pada siklus I ini kemampuan konsentrasi anak baru

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8686

memasuki tahap perkembangan awal sehingga dibutuhkan perbaikan tindakan untuk meningkatkan konsentrasi anak pada siklus berikutnya. Selanjutnya, pada siklus II kemampuan konsentrasi anak sudah berkembang dengan baik, anak mampu fokus dan mempertahankan konsentrasi serta telah bisa menyelesaikan tugas dengan baik.

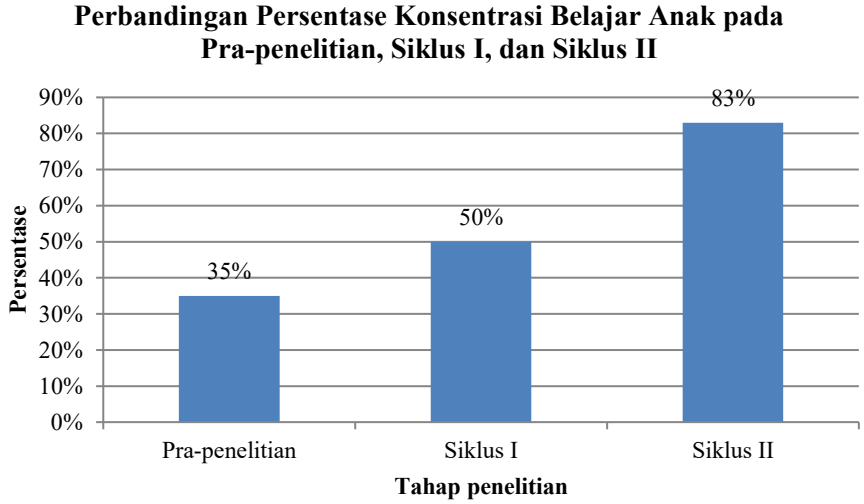
Hasil refleksi setelah siklus II menunjukkan bahwa penerapan kegiatan *ice breaking* yang dilaksanakan secara berkelanjutan dapat membantu anak mempertahankan konsentrasi, meningkatkan semangat belajar, dan menciptakan suasana belajar yang lebih mendukung dan menyenangkan. Rata-rata persentase perkembangan konsentrasi anak yang diperoleh pada siklus II yaitu sebesar 83%. Jika dibandingkan dengan kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan, angka tersebut menunjukkan bahwa tindakan pada siklus II sudah mencapai target yang diharapkan. Mengacu pada peningkatan capaian yang diperoleh hingga akhir siklus II, penelitian ini dinilai telah memenuhi kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan. Keberhasilan tersebut tercermin dari sebagian besar anak yang mencapai kategori BSB dan BSH, sehingga tindakan penelitian tidak perlu dilanjutkan pada siklus selanjutnya.

Rekapitulasi Peningkatan Konsentrasi Belajar Anak pada Pra-penelitian, Siklus I, dan Siklus II

Tabel 7. Data Persentase Konsentrasi Belajar Anak pada Pra-penelitian, Siklus I, dan Siklus II

Tahap Penelitian	Rata-rata Persentase Konsentrasi	Kategori
Pra-penelitian	35%	Belum Berkembang (BB)
Siklus I	50%	Mulai Berkembang (MB)
Siklus II	83%	Berkembang Sangat Baik (BSB)

Berdasarkan Tabel 7, terlihat bahwa rata-rata persentase konsentrasi belajar anak mengalami peningkatan setelah dilakukan penelitian. Kondisi awal menunjukkan bahwa konsentrasi belajar anak masih berada pada kategori Belum Berkembang, kemudian meningkat menjadi kategori Mulai Berkembang pada siklus I, dan mencapai kategori Berkembang Sangat Baik pada siklus II.



Gambar 6. Perbandingan Persentase Konsentrasi Belajar Anak pada Pra-penelitian, Siklus I, dan Siklus II

Berdasarkan Gambar 6, terlihat adanya kecenderungan peningkatan konsentrasi belajar anak pada setiap siklus tindakan. Persentase konsentrasi belajar meningkat dari 35% pada tahap pra-penelitian menjadi 50% pada siklus I dan kembali meningkat menjadi 83% pada siklus II. Secara keseluruhan, terjadi peningkatan sebesar 48 poin persentase dari kondisi pra-penelitian 35% menjadi 83% pada akhir siklus II.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan kegiatan *ice breaking* mampu meningkatkan konsentrasi belajar anak usia 5-6 tahun di TK Budi Bhakti. Peningkatan tersebut terlihat secara bertahap mulai dari kondisi awal sebelum tindakan, siklus I, sampai siklus II. Pada tahap pra-penelitian, rata-rata persentase konsentrasi belajar anak hanya mencapai 35% dan berada pada kategori Belum Berkembang (BB). Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak masih mengalami kesulitan dalam memusatkan perhatian pada

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8686

kegiatan pembelajaran. Anak mudah terdistraksi oleh lingkungan sekitar, kurang memperhatikan penjelasan guru, sering berbicara dengan teman saat kegiatan berlangsung, serta belum mampu menyelesaikan tugas dengan baik. Rendahnya konsentrasi pada tahap awal tersebut menunjukkan bahwa proses pembelajaran belum sepenuhnya mampu mengakomodasi karakteristik belajar anak usia dini yang cenderung membutuhkan aktivitas yang menyenangkan, aktif, dan bervariasi.

Setelah penerapan *ice breaking* pada siklus I, rata-rata persentase konsentrasi belajar anak meningkat menjadi 50% dengan kategori Mulai Berkembang (MB). Meskipun belum mencapai indikator keberhasilan penelitian, peningkatan sebesar 15 poin persentase dari kondisi awal menunjukkan bahwa tindakan yang diberikan mulai memberikan pengaruh positif terhadap perilaku belajar anak. Pada tahap ini, anak mulai menunjukkan peningkatan dalam memperhatikan guru, mengikuti instruksi, dan terlibat dalam kegiatan pembelajaran. Kehadiran permainan "Hujan Rintik" pada awal pembelajaran serta "Tepuk Santiang" pada pertengahan kegiatan berhasil menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dibandingkan kondisi sebelumnya. Namun demikian, sebagian anak masih menunjukkan perilaku yang mengindikasikan rendahnya ketahanan konsentrasi, seperti mudah berpindah aktivitas, berbicara dengan teman, dan belum mampu mempertahankan fokus dalam waktu yang cukup lama.

Hasil refleksi siklus I menunjukkan bahwa pelaksanaan *ice breaking* telah membantu menarik perhatian anak, tetapi bentuk kegiatan yang digunakan belum sepenuhnya mampu mengakomodasi kebutuhan anak untuk bergerak secara aktif. Pada usia 5–6 tahun, anak berada pada fase perkembangan yang ditandai dengan tingginya kebutuhan eksplorasi fisik dan aktivitas motorik. Oleh karena itu, kegiatan *ice breaking* yang hanya berfokus pada permainan sederhana dan tepuk tangan belum cukup untuk mempertahankan perhatian anak dalam jangka waktu yang lebih panjang. Temuan ini menjadi dasar dilakukannya perbaikan tindakan pada siklus II melalui penggunaan *ice breaking* yang lebih variatif, melibatkan unsur gerak, lagu, dan aktivitas motorik yang lebih aktif.

Perbaikan yang dilakukan pada siklus II memberikan hasil yang jauh lebih baik. Rata-rata persentase konsentrasi belajar anak meningkat menjadi 83% dan berada pada kategori Berkembang Sangat Baik (BSB). Sebagian besar anak telah mampu memusatkan perhatian selama proses pembelajaran, mengikuti instruksi guru dengan baik, mempertahankan fokus saat mengerjakan tugas, serta menyelesaikan kegiatan sesuai waktu yang ditentukan. Jika dibandingkan dengan kondisi awal, terjadi peningkatan sebesar 48 poin persentase, sedangkan dibandingkan dengan siklus I terjadi peningkatan sebesar 33 poin persentase. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penerapan *ice breaking* yang dilakukan secara terencana, konsisten, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak memiliki kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan konsentrasi belajar.

Keberhasilan pada siklus II tidak hanya dipengaruhi oleh penggunaan *ice breaking*, tetapi juga oleh pemilihan kegiatan pembelajaran yang lebih menarik dan melibatkan partisipasi aktif anak. Aktivitas menggunting dan menempel bentuk menjadi gambar orang memberikan kesempatan kepada anak untuk terlibat secara langsung melalui pengalaman belajar yang konkret. Kegiatan tersebut sesuai dengan karakteristik anak usia dini yang belajar melalui aktivitas bermain dan pengalaman langsung. Ketika kegiatan pembelajaran dikombinasikan dengan *ice breaking* berupa lagu "Buka Tutup", "Tepuk Fokus", serta "Kepala Pundak Lutut Kaki", anak memperoleh kesempatan untuk melepaskan kejenuhan, mengembalikan energi, serta memusatkan kembali perhatian pada kegiatan yang sedang dilakukan. Kondisi ini menyebabkan suasana belajar menjadi lebih kondusif dan menyenangkan sehingga anak mampu mempertahankan konsentrasinya lebih lama.

Secara teoretis, hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Narti (2025) yang menyatakan bahwa konsentrasi merupakan fondasi utama dalam proses pembelajaran karena menentukan kemampuan peserta didik dalam menerima, memahami, dan mengolah informasi. Anak yang memiliki konsentrasi yang baik cenderung lebih mudah memahami instruksi, terlibat aktif dalam kegiatan, serta mampu menyelesaikan tugas dengan lebih efektif. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa ketika konsentrasi anak meningkat, kualitas keterlibatan anak dalam pembelajaran juga mengalami peningkatan. Anak tidak hanya mampu memperhatikan guru, tetapi juga menunjukkan antusiasme yang lebih tinggi selama proses pembelajaran berlangsung.

Hasil penelitian ini juga memperkuat pandangan Puspita (2023) yang menjelaskan bahwa *ice breaking* dapat menciptakan kesiapan belajar dan suasana pembelajaran yang menyenangkan bagi anak usia dini. Melalui kegiatan yang menyenangkan, kondisi emosional anak menjadi lebih positif sehingga mereka lebih siap menerima stimulasi pembelajaran. Dalam penelitian ini terlihat bahwa setelah mengikuti *ice breaking*, anak menjadi lebih bersemangat, lebih aktif berpartisipasi, dan lebih mudah diarahkan untuk mengikuti kegiatan pembelajaran berikutnya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa *ice breaking* tidak hanya berfungsi sebagai selingan, tetapi juga sebagai strategi pedagogis yang mampu mengondisikan kesiapan belajar anak.

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8686

Selain itu, penelitian Ayu dkk. (2025) menyatakan bahwa konsentrasi belajar anak usia dini akan berkembang lebih baik apabila guru mampu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, menggunakan media yang menarik, serta melibatkan anak secara aktif dalam kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu, keberhasilan penerapan *ice breaking* dalam penelitian ini tidak hanya disebabkan oleh aktivitas geraknya semata, tetapi juga karena kegiatan tersebut mampu meningkatkan keterlibatan anak, membangun suasana belajar yang positif, dan meningkatkan perhatian anak selama proses pembelajaran berlangsung.

Temuan penelitian ini juga konsisten dengan penelitian Afifah dkk. (2023) yang menemukan bahwa kegiatan *ice breaking* efektif meningkatkan konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun. Kesamaan hasil terlihat pada meningkatnya kemampuan anak dalam memusatkan perhatian dan mengikuti kegiatan pembelajaran setelah diberikan aktivitas *ice breaking*. Selain itu, penelitian ini mendukung temuan Maqrisa dkk. (2024) yang menyatakan bahwa *ice breaking* berpengaruh terhadap peningkatan konsentrasi belajar anak PAUD karena mampu mengurangi kejenuhan dan meningkatkan fokus belajar. Hasil serupa juga ditemukan oleh Suminar (2024) yang menunjukkan bahwa *ice breaking* dapat meningkatkan konsentrasi belajar secara signifikan. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Smith dkk. (2018) yang menunjukkan bahwa aktivitas jeda aktif (*movement breaks*) di kelas dapat meningkatkan perhatian, fungsi kognitif, dan perilaku belajar. Dengan demikian, hasil penelitian ini semakin memperkuat bukti empiris bahwa *ice breaking* merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan konsentrasi belajar pada berbagai jenjang pendidikan, termasuk pendidikan anak usia dini.

Dari perspektif psikologi perkembangan, peningkatan konsentrasi yang terjadi dapat dijelaskan melalui keterkaitan antara kondisi emosional dan perhatian anak. Anak usia dini cenderung memiliki rentang perhatian yang relatif pendek dan mudah teralihkan oleh stimulus di lingkungan sekitar (Permatasari dkk., 2025). Ketika suasana pembelajaran berlangsung monoton, tingkat kejenuhan anak meningkat sehingga perhatian terhadap kegiatan belajar menurun. Sebaliknya, ketika pembelajaran diselingi dengan aktivitas yang menyenangkan dan melibatkan gerakan tubuh, terjadi peningkatan motivasi intrinsik yang mendorong anak untuk kembali fokus (Mavilidi dkk., 2020). Selain itu, pemberian aktivitas fisik singkat di sela pembelajaran terbukti mampu meningkatkan fungsi kognitif dan kesejahteraan psikologis anak sehingga mereka lebih siap untuk kembali memusatkan perhatian pada kegiatan belajar (Booth dkk., 2020). Dengan kata lain, *ice breaking* berfungsi sebagai stimulus yang membantu mengaktifkan kembali perhatian anak sehingga proses belajar dapat berlangsung secara lebih efektif.

Berdasarkan keseluruhan hasil penelitian dapat dipahami bahwa keberhasilan peningkatan konsentrasi belajar anak tidak hanya ditentukan oleh pemberian *ice breaking* semata, tetapi juga oleh kualitas pelaksanaan kegiatan tersebut. *Ice breaking* yang dirancang sesuai karakteristik perkembangan anak, dilakukan pada waktu yang tepat, dan dipadukan dengan kegiatan pembelajaran yang menarik terbukti mampu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Oleh karena itu, penerapan *ice breaking* dapat dijadikan sebagai salah satu strategi pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan konsentrasi belajar anak usia dini. Temuan ini sekaligus memberikan implikasi praktis bagi guru PAUD untuk lebih mengintegrasikan kegiatan *ice breaking* secara sistematis dalam proses pembelajaran agar anak dapat mengikuti kegiatan belajar dengan lebih fokus, aktif, dan antusias.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan pada anak usia 5–6 tahun di TK Budi Bhakti, dapat disimpulkan bahwa penerapan kegiatan *ice breaking* terbukti efektif dalam meningkatkan konsentrasi belajar anak. Peningkatan tersebut terlihat dari kenaikan rata-rata persentase konsentrasi belajar anak dari 35% pada tahap pra-penelitian (kategori Belum Berkembang), menjadi 50% pada siklus I (kategori Mulai Berkembang), dan mencapai 83% pada siklus II (kategori Berkembang Sangat Baik). Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan *ice breaking* yang dirancang secara terencana, variatif, serta sesuai dengan karakteristik perkembangan anak mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, meningkatkan fokus perhatian, keterlibatan aktif, kemampuan mengikuti instruksi, dan ketahanan konsentrasi selama proses pembelajaran. Implikasi penelitian ini menegaskan pentingnya integrasi *ice breaking* sebagai bagian dari strategi pembelajaran di pendidikan anak usia dini untuk mendukung terciptanya lingkungan belajar yang kondusif dan berpusat pada kebutuhan anak. Oleh karena itu, guru PAUD disarankan untuk menerapkan kegiatan *ice breaking* secara konsisten dan kreatif dengan memadukan unsur gerak, lagu, permainan, serta aktivitas yang menarik agar konsentrasi dan partisipasi belajar anak dapat berkembang dengan baik. Selain itu, saran bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan kajian mengenai efektivitas berbagai jenis *ice breaking* terhadap aspek perkembangan anak lainnya dengan cakupan subjek dan setting penelitian yang lebih luas.

Ucapan Terima Kasih

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8686

Penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan serta berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini. Secara khusus, ucapan terima kasih ditujukan kepada anak-anak usia 5–6 tahun di TK Budi Bhakti yang telah berpartisipasi dengan baik selama kegiatan penelitian berlangsung. Selain itu, penulis juga menyampaikan rasa terima kasih kepada dosen pembimbing di Universitas Negeri Padang atas bimbingan, arahan, serta motivasi yang diberikan selama proses penyusunan dan pelaksanaan penelitian. Dukungan serta pendampingan yang diberikan menjadi bagian penting dalam membantu penulis menyelesaikan penelitian ini dengan baik dan tepat waktu.

Daftar Pustaka

Afifah, A., Rastiya, A., Nafi'ah, N., Sabaniah, S., & Wardhana, K. E. (2023). Meningkatkan Konsentrasi Belajar Melalui Kegiatan Ice Breaking Pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK Nurul Iman Samarinda. *BOCAH: Borneo Early Childhood Education and Humanity Journal*, *2*(2), 71–81. https://doi.org/10.21093/bocah.v2i2.7550

Arif, M., Saro'i, M., Asfahani, Mariana, & Arifudin, O. (2024). Tantangan dan Peluang dalam Inovasi Pembelajaran Islam di Era Digital. *Global Education Journal*, *2*(1), 73–80.

Arintistia, N., & Kholik, J. A. (2022). Inovasi Pembelajaran Menulis Huruf Hijaiyah di TPQ As-Syifa Bangsal. *Kontribusi: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, *2*(2), 75–82. https://doi.org/10.53624/kontribusi.v2i2.63

Ayu, A. S., Jatmikowati, T. E., & Rachman, A. U. (2025). Strategi Guru Dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Anak Usia Dini. *JECIE (Journal of Early Childhood and Inclusive Education)*, *8*(2), 398–411. https://doi.org/10.35508/haumeni.v5i3.25760

Berthelon, M., Kruger, D., & Sanchez, R. (2021). Maternal stress during pregnancy and early childhood development. *Economics and Human Biology*, *43*(101047). https://doi.org/10.1016/j.ehb.2021.101047

Booth, J. N., Chesham, R. A., Brooks, N. E., Gorely, T., & Moran, C. N. (2020). A citizen science study of short physical activity breaks at school: Improvements in cognition and wellbeing with self-paced activity. *BMC Medicine*, *18*(1), 1–11. https://doi.org/10.1186/s12916-020-01539-4

Delfia, E., & Nurhafizah, N. (2019). Profesionalisme Guru Pendidikan Anak Usia Dini dalam Merancang Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *3*(1), 722–729. https://doi.org/10.31004/jptam.v3i2.274

Hanafiah, H., Tentrem Mawati, A., & Arifudin, O. (2022). Implementation Of Character Strengthening In Boarding School Students. *International Journal of Education and Digital Learning (IJEDL)*, *1*(2), 49–54. https://doi.org/10.47353/ijedl.v1i2.10

Hasanah, U. (2016). Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, *5*(1), 717–733. https://doi.org/10.21831/jpa.v5i1.12368

Maghfiroti, H. A., Roshayanti, F., Wakhyudin, H., & Darsimah. (2023). Implementasi Ice Breaking Untuk Menjaga Konsentrasi Peserta Didik Dalam Pembelajaran Matematika Kelas IV SD Sendangmulyo. *Jurnal Pendidikan Matematika*, *1*(4), 168–176.

Maqrisa, W., Annaejla, N., Indria Labora, A., Berliani, N., & Ulia, P. A. (2024). Pengaruh Ice Breaking Terhadap Konsentrasi Belajar Anak Paud. *Journal of Mandalika Social Science*, *2*(2), 164–171. https://doi.org/10.59613/jomss.v2i2.106

Maulana, P. S., Amran, M., & Alwi, N. (2024). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Make A Match Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran IPS Kelas III. *Jurnal Pendidikan & Pembelajaran Sekolah Dasar*, *3*(4), 530–535.

Mavilidi, M. F., Drew, R., Morgan, P. J., Lubans, D. R., Schmidt, M., & Riley, N. (2020). Effects of different types of classroom physical activity breaks on children's on-task behaviour, academic achievement and cognition. *Acta Paediatrica (Oslo, Norway : 1992)*, *109*(1), 158–165. https://doi.org/10.1111/apa.14892

Narti, W. (2025). Peran Konsentrasi Sebagai Fondasi Utama Dalam Proses Pembelajaran yang Efektif. *ALAYYA : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, *5*(1), 48–61. https://doi.org/10.51311/alayya.v5i1.910

Nawir, Z., Syawaluddin, A., & Putrawan, M. R. (2024). Meningkatkan Konsentrasi Belajar Melalui Kegiatan Ice Breaking Pada Kelas 1 UPT SPF SD Negeri Tidung. *Jurnal Pendidikan & Pembelajaran Sekolah Dasar*, *4*(2), 179–186.

Novelinna, T. A., & Putri, D. R. (2025). Pemberian Ice Breaking Untuk Melatih Konsentrasi Pada Anak Usia Dini Di TK Islam Mujahidin Surakarta. *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *5*(1), 10–15. https://doi.org/10.53770/amjpm.v5i1.534

Nurainillah, M., & Mu'min, A. (2025). Membangun Dunia Belajar Yang Menyenangkan: Efektivitas Media Audiovisual Bagi Anak Usia 4–5 Tahun. *Yaa Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *9*(2), 132–

DOI: 10.31004/obsesi.v10i4.8686

149. https://doi.org/10.24853/yby.9.2.132-149

Permatasari, A. A., Ifadah, A. S., & Lilawati, R. A. (2025). Application of Ice Breaking Techniques to Improve Learning Concentration of 2-3 Year Old Children at the Al-Wildan SPS Institution in Manyarsidomukti Village. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, *19*(2), 121–130.

Purwanza, S. W. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi*. CV. Media Sains Indonesia.

Puspita, Y. P. (2023). Implementasi Ice Breaking untuk Menciptakan Kesiapan Belajar dan Pembelajaran yang Menyenangkan pada Anak Usia Dini. *Journal on Education*, *5*(4), 11846–11854. https://doi.org/10.31004/joe.v5i4.1257

Puspitasari, F., & Marzuki, I. (2023). Implementasi Penerapan Ice Breaking Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas III UPT SDN 52 Gresik. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *4*(2), 5405–5411. https://doi.org/10.37081/adam.v2i2.1607

Rahmayani, D., Sodikin, & Amin, Z. Al. (2025). Upaya Guru dalam Meningkatkan Kosentrasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia Kelas III SD Al Bayyinah Muhammadiyah. *Seminar Nasional Pendidikan*, *1*(1), 830–838.

Saputro, H., & Talan, Y. O. (2017). Pengaruh Lingkungan Keluarga terhadap Perkembangan Psikososial Pada Anak Prasekolah. *Journal Of Nursing Practice*, *1*(1), 1–8. https://doi.org/10.30994/jnp.v1i1.16

Saripudin, A., & Durtam. (2024). Pengembangan Instrumen Non Tes pada Penilaian Aspek Perkembangan Motorik Anak Usia Dini serta Implementasinya pada Pembelajaran PAUD. *Tumbuhkembang: Kajian Teori Dan Pembelajaran PAUD*, *11*(1), 88–101. https://doi.org/10.36706/jtk.v11i1.34

Smith, A. J., Zwolinsky, S., McKenna, J., Tomporowski, P. D., Defeyter, M. A., & Manley, A. (2018). Systematic review of acute physically active learning and classroom movement breaks on children's physical activity, cognition, academic performance and classroom behaviour: Understanding critical design features. *BMJ Open Sport and Exercise Medicine*, *4*(1), 1–16. https://doi.org/10.1136/bmjsem-2018-000341

Suminar, R. (2024). the Effect of Ice Breaking on the Concentration of Early Childhood Learning At TK IT Ibnu Kaldun Cirebon. *International Journal of Social Service and Research*, *4*(8), 1–4. https://doi.org/10.46799/ijssr.v4i8.904

Talango, S. R. (2020). Konsep Perkembangan Anak Usia Dini. *Early Childhood Islamic Education Journal*, *1*(1), 92–105. https://doi.org/10.54045/ecie.v1i1.35

Tumurang, M. (2024). *Metodologi Penelitian*. PT Media Pustaka Indo.

Utomo, P., Asvio, N., & Prayogi, F. (2024). Metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK): Panduan Praktis untuk Guru dan Mahasiswa di Institusi Pendidikan. *Pubmedia Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Indonesia*, *1*(4), 1–19. https://doi.org/10.47134/ptk.v1i4.821

Wirman, A., Yulsyofriend, Yaswinda, & Tanjung, A. (2018). Penggunaan Media Moving Flahscard Untuk Stimulasi Kemampuan Literasi Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan: Early Childhood*, *2*(2), 54–62. https://doi.org/10.35568/earlychildhood.v2i2b.290

Zola, N. P., & Nurhafizah, N. (2021). The Effect of Storytelling Method Using Big Book in Improving Children's Learning Concentration in Kindergarten. *EduBasic Journal: Jurnal Pendidikan Dasar*, *3*(2), 107–116. https://doi.org/10.17509/ebj.v3i2.37945