

Studi Terhadap Peningkatan Kemampuan Komunikasi melalui Teknik Ice Breaking

Dino Rozano, Ernisa Martinda

- 1) Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP UPS Tegal
- 2) Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP UPS Tegal

Program Studi Bimbingan dan Konseling
FKIP – Universitas Pancasakti Tegal

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan komunikasi sebelum dan sesudah dikenakan Ice Breaking pada peserta didik kelas VII SMP Negeri 1 Tegal Tahun Pelajaran 2014/2015. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah Ekperimen. Desain penelitian ini adalah *One-Group Pretes-Postes Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VII SMP Negeri 1 Tegal sejumlah 349 peserta didik dan sampel sejumlah 30 peserta didik. Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive sampling*. Variabel penelitian adalah *Ice Breaking* (variabel bebas) dan kemampuan komunikasi (variabel terikat). Kedua variabel tersebut menggunakan alat pengumpulan data berupa angket, observasi, dokumentasi dan tes. Uji validitas item dalam penelitian ini menggunakan rumus korelasi product moment, sedangkan uji reliabilitasnya menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif persentase dan uji-t. Dari hasil perhitungan analisis data menggunakan t-tes diperoleh harga $t_{hitung} = 4,885$. Jadi koefisien t_{hitung} sebesar 4,885 dikonsultasikan dengan $t_{tabel} = 2,045$ pada taraf signifikan 5% dan derajat kebebasan (dk) = 29, jadi hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} lebih besar dari nilai t_{tabel} ($4,885 > 2,045$). Jadi dapat dikatakan bahwa Hipotesis nol (H_0) ditolak, dan hipotesis alternatif (H_a) diterima.

Kata kunci : kemampuan komunikasi, ice beaking.

Abstract

The objectives of this study is to find out before and after the students' communication ability using ice breaking models of the seventh graders of SMP N 1 Tegal in the academic year of 2014/2015. This study is quantitative approach. This research uses quantitative approach. The type is experimental research using One group Pre and Post test Design. The sample of this study is 30 students from 349 students. The writer used purposive sampling technique to take the sample. The variables of this study are, independent variable (Ice breaking) and Dependent variable (Communication achievement). Technique of collecting data used quisioner, observation, documentation, and test. While, the vailidity items test used correlation product moment and cronbach alpa. The writer used descriptive presentage and t-test to calculated the data. Based on calculated the data, the result of t-test is 4.885. This number consulted with t-table is 2.045 in the significant level 5% and the Degree of freedom (Df) is 29, So, the result of t-test is higher than t-table (4.885 > 2.045). it means that Hyphotesis Null (H_0) was rejected, and Alternative Hypothesis was accepted.

Key: communication skills, ice breaking.

PENDAHULUAN

Kebutuhan peserta didik dalam menunjang prestasi akademik tidak hanya pada peran kognitif anak saja, namun membutuhkan peran dari kecerdasan-kecerdasan lain yang menunjang, kecerdasan tersebut meliputi ketrampilan atau kemampuan berbahasa, kemampuan berinteraksi dengan temannya, kemampuan sikap empati dan aktifitas keterlibatan dalam proses pembelajaran yang dalam menunjang penerimaan informasi yang disampaikan guru dimana merupakan sudut pandang terhadap diri sendiri akan kemampuan yang dimiliki. Seseorang memandang dirinya mampu dalam melaksanakan tugas atau mengoptimalkan potensi yang dimiliki, namun tidak sedikit individu yang memandang dirinya atau kemampuan yang dimilikinya rendah atau kurang dibandingkan dengan yang lain. Hal ini yang menyebabkan peserta didik merasa minder, rendah diri, dan tidak percaya diri dengan kemampuannya.

Menanggapi masalah tersebut di perlukan suatu pembelajaran kreatif dan inovatif atau layanan bimbingan konseling diselingi *ice breaking*. Menurut Supriadi dalam Sunarto (2012:1) "*ice breaking* adalah padanan dua kata inggris yang mengandung makna "memecah es". Istilah ini sering dipakai dalam training dengan maksud menghilangkan kebekuan-kebekuan di antara peserta latihan, sehingga mereka saling mengenal, mengerti, dan bisa saling berinteraksi dengan baik antara satu dengan yang lainnya. Said (2010: 2) menyatakan bahwa "*ice breaking* adalah permainan atau kegiatan yang berfungsi untuk mengubah suasana kebekuan dalam kelompok". *Ice breaking* bertujuan untuk memecahkan kebekuan suasana, agar proses pelatihan atau pembelajaran menjadi lebih efektif. *Ice breaking* dalam pembelajaran dapat diartikan sebagai pemecah situasi kebekuan pikiran atau fisik siswa dengan karakteristik mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan serta serius tapi santai.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa *ice breaking* adalah kegiatan yang dilakukan fasilitator yang bertujuan untuk menyegarkan suasana kelas dan membangun suasana belajar yang dinamis, penuh semangat, dan antusiasme. *Ice breaking* digunakan untuk menciptakan suasana belajar dari pasif menjadi aktif, dari kaku menjadi akrab, dan dari jenuh menjadi riang (segar). Penggunaan *Ice Breaking* dalam pembelajaran akan sangat membantu menciptakan suasana pendidikan yang bermakna, menyenangkan, kreatif, dinamis, dan dialogis yang di kemas dalam bentuk permainan kreatif.

Menurut Santrock (2006) dalam Suwarjo & Eva (2010:5) bermain dapat meningkatkan afiliasi anak terhadap teman sebaya, dapat menjadi sarana untuk melepaskan ketegangan, meningkatkan perkembangan kognitif serta meningkatkan eksplorasi. Bermain juga meningkatkan peluang anak untuk mengembangkan kemampuan berbicara dan berinteraksi di antara teman sebaya. Dalam *ice breaking* individu yang terlibat di dalamnya tidak ada lagi menjaga jarak dan dibatasi oleh tembok yang menjadi penghalangi proses komunikasi dan sosialisasi. Dalam teknik ini semua individu yang terlibat di harapkan aktif dan interaktif dalam setiap kegiatan.

Dengan bermain bersama orang lain, maka akan tumbuh dan berkembang kemampuan untuk memahami perasaan, ide, dan kebutuhan orang lain yang menjadi dasar dari kemampuan sosial. Dalam teknik ini, para peserta didik dituntut untuk dapat berperan aktif dengan melibatkan berbagai aspek untuk direspon yang meliputi aspek kognitif, fisik (psikomotor) dan afektif (sikap).

METODE

Pendekatan penelitian ada dua macam yaitu penelitian kuantitatif dan penelitian kualitatif. Menurut Sugiyono (2012:8) bahwa penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistic dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Menurut Suharsimi (2010:11) bahwa pendekatan kuantitatif adalah penelitian yang menuntut banyak menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data serta penampilan dari hasil penelitian.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pendekatan kuantitatif merupakan pendekatan yang bertujuan untuk menguji teori, mengungkap fakta, dan menunjukkan antara variabel, memberikan deskripsi statistik serta menafsir dan meramalkan hasilnya.

HASIL

Berdasarkan hasil taraf perhitungan, harga $t_{hitung} = 4,885$ dikonsultasikan dengan harga t_{tabel} pada taraf signifikan 5% dan derajat kebebasan ($dk = N-1 = 29$), maka $t_{tabel} = 2,045$

Dari hasil pengolahan data dan hasil pengujian hipotesis yang dilakukan berdasarkan pada kriteria yang telah dijelaskan di atas, dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel} = 4,885 > 2,045$, jadi perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* adalah signifikan maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis penelitian yang diajukan yaitu Berdasarkan pengkonsultasian di atas, dan diketahui bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka dapat diketahui pula bahwa H_0 ditolak sedangkan H_a diterima. Dapat disebutkan bahwa adanya peningkatan kemampuan komunikasi melalui teknik *Ice Breaking* terhadap peningkatan kemampuan komunikasi pada peserta didik kelas VII SMP Negeri 1 Tegal Tahun Pelajaran 2014/2015.

PEMBAHASAN

Efektivitas *Ice Breaking* dalam meningkatkan kemampuan komunikasi yang telah dilakukan peserta didik pada sampel penelitian menghasilkan kriteria sebagai berikut:

1. Pada tingkat sangat rendah (17%) yaitu sebanyak 5 peserta didik. Peserta didik menjawab bahwa kegiatan *Ice Breaking* hanya sebagai hiburan. Dalam hal ini termasuk dalam kategori sangat rendah.
2. Pada tingkat kriteria rendah (23%) sebanyak 7 peserta didik, peserta didik menjawab bahwa dengan kegiatan *Ice Breaking* berguna untuk membantu berinteraksi dengan teman-teman. Dalam hal ini termasuk dalam kategori rendah.
3. Pada tingkat kriteria sedang (17%) sebanyak 5 peserta didik, peserta didik menjawab bahwa kegiatan *Ice Breaking* berguna untuk mengurangi stress karena pelajaran pada saat KBM. Dalam hal ini termasuk dalam kategori sedang.
4. Pada tingkat kriteria cukup (30%) sebanyak 9 peserta didik, peserta didik menjawab dengan *Ice Breaking* peserta didik lebih semangat dan rileks sehingga kepercayaan dirinya meningkat dan melatih bersosialisasi. Dalam hal ini termasuk dalam kategori cukup.
5. Pada tingkat kriteria tinggi (7%) sebanyak 2 peserta didik, peserta didik menjawab bahwa dengan kegiatan permainan *Ice Breaking* yang edukatif membuat peserta didik secara tidak langsung melatih kemampuan komunikasinya. Dalam hal ini termasuk dalam kategori tinggi.
6. Pada tingkat kriteria sangat tinggi (7%) sebanyak 2 peserta didik. Peserta didik menjawab bahwa dengan *Ice Breaking* dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan kemampuan komunikasi melalui kegiatan *Ice Breaking* yang mengasah kemampuan komunikasi. Dalam hal ini termasuk dalam kategori sedang.

Dengan demikian, dapat disimpulkan efektivitas *Ice Breaking* yang dirasakan pada sampel penelitian termasuk kedalam golongan cukup, terbukti dengan banyaknya peserta didik yang menghasilkan interval 94-98, yaitu sebanyak 9 peserta didik dengan persentase 30%.

SIMPULAN

Kemampuan komunikasi peserta didik kelas VII SMP Negeri 1 Tegal sebelum diberi perlakuan *Ice Breaking* memiliki tingkat kemampuan komunikasi yang sedang. Hal ini ditunjukkan dengan prosentase tertinggi yang berada pada kriteria sedang. Dari hasil pre test kelompok yang telah dianalisis, dari 30 sampel dalam kelompok ini menunjukkan bahwa pada kelas interval 57 – 60 sebanyak 6 atau 20% termasuk pada kriteria sangat rendah, urutan kedua pada kelas interval 61 – 63 sebanyak 5

atau 17% termasuk pada kriteria rendah, urutan ketiga pada kelas interval 64 – 67 sebanyak 9 atau 30% termasuk pada kriteria sedang, urutan keempat pada kelas interval 68 – 71 sebanyak 4 atau 13% termasuk pada kriteria cukup, dan kelima pada kelas interval 72 – 75 sebanyak 2 atau 7% termasuk pada kriteria tinggi, urutan keenam 76 – 78 sebanyak 4 atau 13%. Untuk tingkat kemampuan komunikasi pada pretes ini termasuk dalam kriteria sedang dengan persentase sebesar 30% dari capaian angka maksimum.

Kemampuan komunikasi peserta didik kelas VII SMP Negeri 1 Tegal sesudah diberi perlakuan *Ice Breaking* memiliki tingkat kemampuan komunikasi yang tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan prosentase tertinggi yang berada pada kriteria Tinggi. Dari hasil pos test kelompok yang telah dianalisis, dari 30 sampel dalam kelompok ini menunjukkan bahwa pada kelas interval 60 – 63 sebanyak 4 atau 13% termasuk pada kriteria sangat rendah, urutan kedua pada kelas interval 64 – 67 sebanyak 5 atau 17% termasuk pada kriteria rendah, urutan ketiga pada kelas interval 68 – 71 sebanyak 3 atau 10% termasuk pada kriteria sedang, urutan keempat pada kelas interval 72 – 75 sebanyak 5 atau 17% termasuk pada kriteria cukup, dan kelima pada kelas interval 76 – 79 sebanyak 7 atau 23% termasuk pada kriteria tinggi, urutan keenam 80 – 83 sebanyak 6 atau 20%. Untuk tingkat kemampuan komunikasi pada etes ini termasuk dalam kriteria tinggi dengan persentase sebesar 23% dari capaian angka maksimum.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Said, M. 2010. *80+ Ice Breaker Games-Kumpulan Permainan Penggugah Semangat*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Suwarjo dan Eva Imania Eliasa. 2010. *55 Permainan dalam Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Paramitra Publishing.
- Sunarto. 2012. *Ice Breaking dalam Pembelajaran Aktif*. Surakarta: Cakrawala Media