

**PENGARUH *ICE BREAKING* OLEH GURU PENDIDIKAN AGAMA  
KRISTEN TERHADAP PENANGGULANGAN KEJENUHAN  
BELAJAR DI BIDANG PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN  
KELAS VII SMP NEGERI 2 SIPOHOLON  
TAHUN PEMBELAJARAN 2023/2024.**

**July Trisnawati Hutabarat**

**Sabar Rudi Sitompul**

**Limmarten Simatupang**

**Damayanti Nababan**

**Raikhapoor**

Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

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

**Abstrak**

Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh positif dan Signifikan *ice breaking* oleh guru Pendidikan Agama Kristen terhadap penanggulangan kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen Kelas VII SMP Negeri 2 Sipoholon Tahun Pembelajaran 2023/2024. Hipotesa penelitian adalah terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *ice breaking* oleh guru Pendidikan Agama Kristen terhadap penanggulangan kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen Kelas VII SMP Negeri 2 Sipoholon Tahun Pembelajaran 2023/2024. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dengan bentuk desain *pre-experimental design*. Populasi seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 2 Sipoholon Tahun Pembelajaran 2023/2024 yang beragama Kristen Protestan berjumlah 114 orang. Sampel penelitian ditetapkan secara sampel bertujuan (*purposive sampling*) yaitu siswa kelas VII-2 berjumlah 30 orang sebagai kelas eksperimen dan siswa kelas VII-4 berjumlah 30 orang sebagai kelas kontrol. Data penelitian dianalisa menggunakan uji t *Pooled Varians* diperoleh  $t_{hitung}=12,545 > t_{tabel}=2,04523$  dan berada pada sebelah kanan kurva tepatnya pada daerah penolakan  $H_0$  dan penerimaan  $H_a$  yaitu terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *ice breaking* oleh guru Pendidikan Agama Kristen terhadap penanggulangan kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen Kelas VII SMP Negeri 2 Sipoholon Tahun Pembelajaran 2023/2024. Tingkat kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen lebih rendah pada siswa kelas VII-2 yang diajarkan dengan menggunakan *ice breaking* karena dari hasil penelitian diperoleh 85,25% jawaban siswa dalam penelitian yaitu tidak pernah jenuh belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen ketika guru PAK mengajarkan siswa dengan menggunakan *ice breaking*. Sementara tingkat kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen lebih tinggi pada siswa kelas VII-4 yang diajarkan tanpa menggunakan *ice breaking* karena dari hasil penelitian diperoleh hanya 77,75% jawaban

siswa dalam penelitian yaitu tidak pernah jenuh belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen ketika guru PAK mengajarkan siswa tanpa menggunakan *ice breaking*.  
Kata Kunci: *Ice Breaking*, Kejenuhan Belajar.

### **Abstract**

The aim of the research is to determine the positive and significant influence of ice breaking by Christian Religious Education teachers on overcoming learning boredom in the field of Christian Religious Education in Class VII of SMP Negeri 2 Sipoholon for the 2023/2024 Academic Year. The research hypothesis is that there is a positive and significant influence between ice breaking by Christian Religious Education teachers on overcoming learning boredom in the field of Christian Religious Education Class VII of SMP Negeri 2 Sipoholon for the 2023/2024 Academic Year. The research method used is an experimental method in the form of a pre-experimental design. The population of all class VII students at SMP Negeri 2 Sipoholon for the 2023/2024 academic year who are Protestant Christians is 114 people. The research sample was determined using purposive sampling, namely 30 class VII-2 students as the experimental class and 30 class VII-4 students as the control class. The research data was analyzed using the Pooled Variance  $t$  test, obtained  $t_{count}=12.545 > t_{table}= 2.04523$  and was on the right side of the curve, precisely in the area of rejection of  $H_0$  and acceptance of  $H_a$ , that is, there was a positive and significant influence between ice breaking by Christian Religious Education teachers on overcoming boredom. studying in the field of Christian Religious Education Class VII of SMP Negeri 2 Sipoholon Academic Year 2023/2024. The level of boredom in learning in the field of Christian Religious Education is lower in class VII-2 students who are taught using ice breaking because from the research results obtained 85.25% of students' answers in the research are that they never get bored of studying in the field of Christian Religious Education when PAK teachers teach students by using icebreakers. Meanwhile, the level of boredom in learning in the field of Christian Religious Education is higher for students in class VII-4 who are taught without using icebreakers because from the research results it was found that only 77.75% of students' answers in the research were that they never got bored studying in the field of Christian Religious Education when the PAK teacher teach students without using ice breakers.  
Keywords: Ice Breaking, Learning Burnout.

### **PENDAHULUAN**

Pembelajaran di sekolah suatu kegiatan dimana guru dan siswa berinteraksi untuk mencapai tujuan pembelajaran. Pembelajaran adalah suatu upaya yang dilakukan oleh guru untuk menyampaikan materi ilmu pengetahuan dan menciptakan sistem lingkungan dengan berbagai cara sehingga peserta didik dapat melakukan kegiatan secara efektif, efisien serta dengan hasil yang optimal. Pembelajaran pada dasarnya aktivitas yang dilakukan secara tertata dan teratur, berjalan secara logis dan sistematis mengikuti aturan-aturan yang telah disepakati sebelumnya. Pembelajaran dapat diartikan sebagai proses kerja sama antara guru dan siswa dalam memanfaatkan potensi dan sumber daya yang

baik yang bersumber dari dalam diri siswa itu sendiri seperti minat, bakat dan kemampuan dasar yang lingkungan dan sumber belajar sebagai upaya untuk mencapai tujuan belajar tertentu. “Learning is an effort to influence students to learn or teach student. The possible consequences of learning actions are that students will learn something that they would not have learned without the learner's action. Learning is an effort to teach students, and the learning process is an association new knowledge on the cognitive structures that students already have”. Pembelajaran adalah upaya mempengaruhi siswa agar belajar atau membelajarkan siswa. Akibat yang mungkin tampak dari tindakan pembelajaran adalah siswa akan belajar sesuatu yang mereka tidak akan pelajari tanpa adanya tindakan pembelajar. Pembelajaran sebagai upaya membelajarkan siswa, dan proses belajar sebagai pengaitan pengetahuan baru pada struktur kognitif yang sudah dimiliki siswa.<sup>1</sup>

Menurut **Gagne**, dalam buku (Rusmauli Simbolon, 2019) mengajar merupakan bagian dari pembelajaran Dimana peran guru lebih ditekankan kepada bagaimana merancang atau mengarasemen berbagai sumber dan fasilitas yang tersedia untuk digunakan atau dimanfaatkan siswa dalam mempelajari sesuatu.<sup>2</sup>

Pendidikan agama Kristen dan Budi Pekerti adalah mata pelajaran yang bermuatan ranah efektif dan psikomotorik lebih besar dari pada kognitif sehingga melalui pembelajaran Pendidikan agama Kristen diharapkan peserta didik mengalami perjumpaan dengan Allah didalam Tuhan Yesus, sang sumber Nilai-nilai yang membawa perubahan pada diri peserta didik khususnya perkembangan iman serta mental moralnya disamping perkembangan pengetahuan dan psikomotriknya.<sup>3</sup>

Disetiap proses pembelajaran Pendidikan agama Kristen ada masalah yang kita temui, salah satunya ialah kejenuhan Belajar. Dalam Kamus besar Bahasa Indonesia Jenuh artinya jenuh atau bosan dengan pekerjaan yang selalu sama sepanjang tahun, karena semua orang pasti akan merasakan jenuh.<sup>4</sup> Yang artinya dengan peserta didik ketika mengalami kejenuhan maka kurang kenaikan hasil dalam belajar kaitannya dengan nilai mata pelajaran Pendidikan Agama Kristen.

---

<sup>1</sup> Damayanti Nababan dan Putri Mika, “Pengaruh Model Pembelajaran Ekspositori Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik,” *Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora* 2, no. 2 (2023): 792–800.

<sup>2</sup> Justice Z.Z Panggabean Dra. Rusmauli Simbolon, *Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Agama Kristen*, ed. Dr. Hulman Sihombing (Tarutung: IAKN Tarutung , 2019).

<sup>3</sup> Ibid.

<sup>4</sup> Aditya Lupi Tania, dkk, *Usaha Pemberian Layanan Yang Optimal Guru Bk Pada Masa Pandemi Covid-19*, ed. Mufied Fauziah (Yogyakarta, 2021).

Kejenuhan belajar adalah rentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil. Kejenuhan belajar suatu kondisi fisik dan mental seseorang saat mengalami rasa bosan, letih dan tidak semangat dalam mengikuti kegiatan proses belajar dikelas. Kejenuhan belajar juga dapat diartikan sebagai suatu keadaan fisik, mental, sikap dan emosi individu yang lelah karena situasi proses pembelajaran yang jangka waktu terlalu Panjang. Biasanya siswa yang mengalami kejenuhan belajar akan malas memperhatikan guru pada saat menjelaskan materi, cemas mengalami ulangan, tidak betah di kelas dan akan malas mengerjakan tugas sehingga akan menurunnya motivasi belajar, timbulnya rasa malas dan menurunnya prestasi siswa.

Melalui pengamatan penulis selama PPL di SMP Negeri 2 Sipoholon, Kejenuhan belajar siswa kelas VII SMP Negeri 2 Sipoholon sering terjadi apabila siswa terlalu lama mengikuti proses pembelajaran, sehingga proses belajar tidak terlaksana dengan baik dan efektif. Kejenuhan belajar merupakan masalah yang sering ditemui pada siswa saat melaksanakan proses pembelajaran Pendidikan agama kristen, Sebagaimana dapat dilihat dari siswa itu sendiri, yaitu: (1) Siswa yang tidak fokus dalam mengikuti pembelajaran, contohnya ketika guru bertanya tentang materi yang baru dijelaskan mereka tidak tau. (2) siswa izin pemisi keluar dalam proses pembelajaran berlangsung, contohnya pergi ke kantin atau pun ke toilet. (3) Siswa mengobrol dengan teman nya pada saat guru menjelaskan materi pembelajaran di depan. (4) Siswa melakukan kegiatan yang lain diluar materi yang dijelaskan oleh guru, contohnya mengerjakan tugas mata Pelajaran yang lain. Hal ini disebabkan karena siswa merasa jenuh dan bosan pada saat melakukan kegiatan belajar. Masalah ini terjadi karena kejenuhan belajar yang menyebabkan siswa tidak mampu menerima pembelajaran yang disampaikan oleh Guru.

Faktor penyebab kejenuhan belajar yaitu metode guru belajar yang tidak menarik/menoton, belajar hanya ditempat itu saja, suasana belajar yang membuat peserta didik kurang nyaman, terlalu banyak hafalan dan adanya ketegangan mental yang kuat dan berlarut-larut pada saat belajar. Guru perlu menciptakan sistem pengajaran yang bermutu, mempunyai komitmen secara profesional untuk meningkatkan mutu pendidikan dan memberikan teladan kepada peserta didiknya, karena guru mempunyai figur manusia yang menempati posisi dan memegang peranan penting dalam pendidikan. Lembaga pendidikan senantiasa mengharapkan potensi guru yang kreatif dan berkualitas dengan spritualitas yang tinggi, watak, pengetahuan, kemampuan dan keterampilan serta teknik

mengajar yang menyenangkan.<sup>5</sup> Oleh karena itu seorang Guru PAK sangat lah penting dalam menanggulangi kejenuhan belajar siswa agar dapat mengembangkan ilmu pengetahuan yang dimiliki siswa itu sendiri dan peserta didik mampu mengikuti proses pembelajaran. Guru PAK adalah pendidik professional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik pada jenjang Pendidikan.

Salah satu Upaya yang dilakukan terhadap penanggulangan kejenuhan belajar yaitu dengan melakukan ice breaking. Ice Breaking adalah peralihan situasi dari yang membosankan, mengantuk, dan tegang menjadi suasana yang ceria dan menyenangkan daei kegiatan permainan-permainan yang sederhana. Ice breaking ini sangat bermanfaat untuk kembali merefreskan pikiran peserta didik, dan menumbuhkan kegairahan untuk kembali belajar.<sup>6</sup> *Ice breaking* adalah suatu kegiatan atau permainan yang dapat menghidupkan suasana kelas agar lebih semangat dalam mengikuti proses pembelajaran dan dapat menghilangkan kebekuan-kebekuan diantara peserta didik, sehingga mereka saling mengenal, mengerti dan saling berhubungan dengan baik antara satu dengan yang lain.

Menurut (**Alarifin**) *Ice breaking* adalah peralihan situasi dari yang membosankan, menjenuhkan dan tegang menjadi rileks, bersemangat, tidak membuat ngantuk, serta ada perhatian dan rasa senang untuk mendengarkan atau melihat orang yang berbicara didepan kelas atau ruangan pertemuan.<sup>7</sup>

*Ice breaking* adalah peralihan situasi dari yang membosankan, membuat mengantuk, menjenuhkan dan tegang menjadi rileks, bersemangat, tidak membuat mengantuk, serta ada perhatian dan ada rasa senang untuk mendengarkan atau melihat orang yang berbicara didepan kelas atau ruangan pertemuan.<sup>8</sup> *Ice breaking* dalam upaya untuk lebih menjaga stamina belajar peserta didik ketika suasana belajar sudah jenuh ataupun menegang, maka perlu suatu minuman yang dingin dan menyegarkan, yaitu *Ice*

---

<sup>5</sup> Sabar Rudi PSitompul, "Peningkatan Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa Sebagai Dampak Positif Dari Peran Aktif Guru Di Sekolah" 5 (2019): 77–82.

<sup>6</sup> Limmarten Simatupang dan S Harefa, "Pengaruh Penggunaan Ice Breaking terhadap Konsentrasi Belajar Pendidikan Agama Kristen dan Budi Pekerti Siswa Kelas XI SMK Negeri 2 Balige Tahun ...," *Tri Tunggal: Jurnal ...* 2, no. 2 (2024).

<sup>7</sup> Breaking Dalam et al., "Penerapan permainan penyegar (ice breaking) dalam pembelajaran fisika untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar," *jurnal pendidikan Fisika FKIP Universitas Muhammadiyah Metro* (n.d.): 42–50.

<sup>8</sup> Dr. Adi Soenarno, *Ice Breaker permainan Atraktif-Edukatif untuk pelatihan manajemen*, ed. Renati Winong Rosari (Yogyakarta: C.V. ANDI OFFSET, 2010). Hal 1

*breaking* agar suasana kegiatan pembelajaran kembali dingin dan otak siap menuju kegiatan pembelajaran yang lebih menantang. *Ice breaking* dapat dilakukan dalam bentuk permainan berupa lelucon, variasi tepuk tangan, bernyanyi, bermain dan sebagainya. Ice Breaking merupakan sentuhan aktivitas yang dapat digunakan memecahkan kebekuan, kekalutan, kejemuhan dan kejenuhan suasana bias kembali pada keadaan semula. Jika sentuhan aktivitas ini diterapkan pada proses pembelajaran dikelas, maka besar kemungkinannya siswa kembali pada kondisi (semangat, motivasi, gairah belajar, kreatif dan lain sebagainya) yang lebih baik.<sup>9</sup>

Alasan mendasar perlunya *Ice breaking* dalam kegiatan pembelajaran agar siswa mampu berkonsentrasi dengan waktu yang lama, siswa tidak jenuh/bosan dalam mengikuti pembelajaran dan siswa mampu memahami materi-materi yang dijelaskan oleh guru sehingga prestasi siswa tidak menurun. Pengaruh *Ice breaking* pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Sipoholon Sudah terbukti setelah dilakukan *Ice breaking* sehingga sebagian siswa tidak jenuh dan siswa bisa lebih fokus dalam memperhatikan guru dalam menjelaskan materi. Sehingga *Ice breaking* berpengaruh terhadap penanggulangan kejenuhan belajar siswa dan keunggulannya dapat memberikan fokus dan perhatiannya kepada guru dalam menjelaskan materi.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dengan bentuk desain *pre-experimental design*

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Persyaratan Analisis**

Untuk mengolah data dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

Menghitung Nilai Rata-Rata Kejenuhan Belajar Di Bidang Pendidikan Agama Kristen Pada Siswa Kelas VII-2 Yang Menggunakan *Ice Breaking* Dan Kejenuhan Belajar Di Bidang Pendidikan Agama Kristen Pada Siswa Kelas VII-4 Tanpa Menggunakan *Ice Breaking*

Berdasarkan perhitungan, maka diperoleh nilai rata-rata untuk:

---

<sup>9</sup> Raikhapoor, Meta Rosianna, dan Masniar Hernawaty Sitorus, "Pengaruh Ice Breaking Terhadap Keaktifan Belajar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Sipoholon Kabupaten Tapanuli Utara Tahun Pembelajaran 2023 / 2024," *Jurnal Pendidikan Agama dan Teologi* 2, no. 2 (2024): 354–367.

$$\bar{X}_1 = \frac{\sum X_1}{N} = \frac{2048}{30} = 68,27$$

$$\bar{X}_2 = \frac{\sum X_2}{N} = \frac{1866}{30} = 62,20$$

## 2. Mencari Nilai Simpangan

Untuk mencari nilai simpangan baku untuk sampel digunakan rumus:<sup>10</sup>

$$s^2 = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{X})^2}{n - 1}}$$

Untuk mengetahui nilai  $\sum (X - \bar{X})^2$  digunakan tabel sebagai berikut:

Maka:

$$s_1^2 = \sqrt{\frac{\sum (X_1 - \bar{X}_1)^2}{n_1 - 1}}$$

$$= \sqrt{\frac{65,867}{30 - 1}}$$

$$= \sqrt{\frac{65,867}{29}}$$

$$= \sqrt{2,2713}$$

$$= 1,507$$

$$s_2^2 = \sqrt{\frac{\sum (X_2 - \bar{X}_2)^2}{n_2 - 1}}$$

$$= \sqrt{\frac{884,8}{30 - 1}}$$

$$= \sqrt{\frac{884,8}{29}}$$

$$= \sqrt{30,510}$$

$$= 5,524$$

---

<sup>10</sup> Sudjana. 2010. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito. Hal. 93.

### 3. Menguji Homogenitas Varians

Untuk menguji kedua sampel homogen atau tidak digunakan pengujian homogenitas varians dengan rumus:<sup>11</sup>

$$F = \frac{\text{Varians terbesar}}{\text{Varians terkecil}}$$

$$F = \frac{5,524}{1,507}$$

$$F = 3,665$$

Harga  $F_{hitung}$  dibandingkan dengan harga  $F_{tabel}$  dengan dk pembilang ( $n_1-1=30-1=29$ ) dan dk penyebut ( $n_2-1=30-1=29$ ) dengan taraf kesalahan 5% maka harga  $F_{tabel}=1,62$ . Dalam hal ini berlaku ketentuan jika  $F_{hitung}>F_{tabel}$  berarti varians homogen dan sebaliknya jika  $F_{hitung}>F_{tabel}$  berarti varians tidak homogen.

Berdasarkan hasil  $F_{hitung}=3,665$  dibandingkan dengan  $F_{tabel}=1,62$  berarti  $F_{hitung}=3,665>F_{tabel}=1,62$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa varians data yang akan dianalisis tidak homogen.

### 4. Pengujian Hipotesa

Dalam pengujian hipotesa ini dapat memberikan informasi apakah terdapat pengaruh yang positif dan signifikan *ice breaking* terhadap kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Sipoholon Tahun Pembelajaran 2023/2024 dapat diketahui dengan menguji hipotesis penelitian.

Hipotesis yang diajukan adalah hipotesis statistik uji dua pihak:

$H_0 : \mu_1=\mu_2$  (tidak terdapat pengaruh yang positif dan signifikan *ice breaking* terhadap kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Sipoholon Tahun Pembelajaran 2023/2024)

$H_a : \mu_1\neq\mu_2$  (terdapat pengaruh yang positif dan signifikan *ice breaking* terhadap kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Sipoholon Tahun Pembelajaran 2023/2024)

Kriteria penolakan/ penerimaan hipotesa:

Jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  atau  $-t_{hitung} < -t_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

Jika  $t_{hitung} \leq t_{tabel}$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.

---

<sup>11</sup> Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R dan D*. Bandung: Alfabeta. Hal. 197.

Karena  $n_1 = n_2$  dan varian tidak homogen ( $\sigma_1^2 \neq \sigma_2^2$ ) dapat digunakan rumus *pooled varian* dengan  $dk = n_1 - 1$  atau  $n_2 - 1$ .

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left[ \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right]}}$$

Berdasarkan perhitungan sebelumnya diperoleh harga  $\bar{x}$ ,  $s$  dan  $s^2$  maka dapat dilakukan perhitungan rumus  $t$  diatas:

Dimana:

$$\bar{X}_1 = \frac{\sum X_1}{N} = \frac{2048}{30} = 68,27$$

$$\bar{X}_2 = \frac{\sum X_2}{N} = \frac{1866}{30} = 62,20$$

$$\bar{X}_1 = 68,27$$

$$\bar{X}_2 = 62,20$$

$$s_1^2 = 1,507$$

$$s_2^2 = 5,524$$

$$n_1 = 30$$

$$n_2 = 30$$

Maka:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left[ \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right]}}$$

$$t = \frac{68,27 - 62,20}{\sqrt{\frac{(30 - 1)1,507 + (30 - 1)5,524}{30 + 30 - 2} \left[ \frac{1}{30} + \frac{1}{30} \right]}}$$

$$t = \frac{6,07}{\sqrt{\frac{(29)1,507 + (29)5,524}{60 - 2} [0,0333 + 0,0333]}}$$

$$t = \frac{6,07}{\sqrt{\frac{43,703 + 160,196}{58} [0,0666]}}$$

$$t = \frac{6,07}{\sqrt{\frac{203,899}{58} [0,0666]}}$$

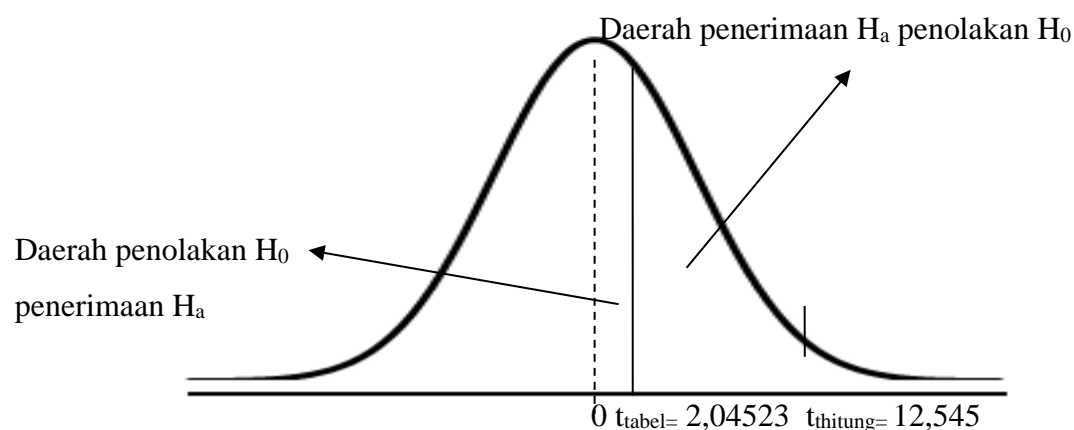
$$t = \frac{6,07}{\sqrt{3,5155 [0,0666]}}$$

$$t = \frac{6,07}{\sqrt{0,234132}}$$

$$t = \frac{6,07}{0,483872}$$

$$t = 12,545$$

Dari perhitungan diperoleh nilai  $t_{hitung}=12,545$  dan nilai ini diketahui adalah positif (+) maka  $t_{hitung}$  yang diperoleh berada pada kurva di sebelah kanan. Selanjutnya harga  $t_{hitung}$  dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  dengan dk pembilang pada taraf kesalahan  $\alpha=5\%=0,05$  uji dua pihak dan dk penyebut  $=n_1-1=29$  yaitu 2,04523.



Kriteria penolakan/ penerimaan hipotesa:

Jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  atau  $-t_{hitung} < -t_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

Jika  $t_{hitung} \leq t_{tabel}$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.

Selanjutnya harga  $t_{hitung}$  dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  dan diperoleh  $t_{hitung}=12,545 > t_{tabel}= 2,04523$  berada pada daerah penolakan  $H_0$  dan penerimaan  $H_a$  sesuai pada gambar kurva. Kesimpulannya yaitu terdapat pengaruh yang positif dan signifikan *ice breaking* oleh guru PAK terhadap kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Sipoholon Tahun Pembelajaran 2023/2024.

Kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen pada siswa kelas VII-2 yaitu yang diajarkan dengan *ice breaking* memperoleh nilai rata-rata 3,41 dan jumlah skor

keseluruhan adalah 2048. Jika dianalisa secara keseluruhan bahwa 85,25% jawaban siswa dalam penelitian yaitu tidak pernah jenuh belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen ketika guru PAK mengajarkan siswa dengan menggunakan *ice breaking*. Sementara kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen pada siswa kelas VII-4 yaitu yang diajarkan tanpa *ice breaking* memperoleh nilai rata-rata 3,11 dan jumlah skor keseluruhan adalah 1866. Jika dianalisa secara keseluruhan bahwa 77,75% jawaban siswa dalam penelitian yaitu tidak pernah jenuh belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen ketika guru PAK mengajarkan siswa tanpa menggunakan *ice breaking*. Tingkat kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen lebih rendah pada siswa kelas VII-2 yang diajarkan dengan menggunakan *ice breaking* karena dari hasil penelitian diperoleh 85,25% jawaban siswa dalam penelitian yaitu tidak pernah jenuh belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen ketika guru PAK mengajarkan siswa dengan menggunakan *ice breaking*. Tingkat kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen lebih rendah pada siswa kelas VII-4 yang diajarkan tanpa menggunakan *ice breaking* lebih tinggi karena dari hasil penelitian diperoleh hanya 77,75% jawaban siswa dalam penelitian yaitu tidak pernah jenuh belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen ketika guru PAK mengajarkan siswa tanpa menggunakan *ice breaking*. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *ice breaking* terhadap kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Sipoholon Tahun Pembelajaran 2023/2024. Semakin sungguh-sungguh guru PAK menerapkan *ice breaking* dalam pembelajaran maka semakin rendah tingkat kejenuhan belajar siswa di bidang Pendidikan Agama Kristen.

#### **a. Pembahasan Hasil Penelitian**

Dari analisis distribusi jawaban siswa kelas VII-2 SMP Negeri 2 Sipoholon tentang kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen yang diajarkan guru PAK menggunakan *ice breaking* diketahui jawaban angket yang memiliki nilai bobot tertinggi dari ke-20 item yang lain adalah nomor 5,15,19 dengan skor 107 dan nilai rata-rata 3,57 yaitu siswa jarang mengobrol dengan teman pada saat pembelajaran, siswa jarang terbebani dengan tugas membuat rangkuman materi yang telah dijelaskan oleh guru dan jarang memiliki motivasi yang rendah dalam belajar ketika guru memberikan tugas kelompok. Sementara nilai bobot terendah dari item yang lain adalah nomor 8 dengan skor 98 dan nilai rata-rata 3,27 yaitu masih ada beberapa siswa yang menjawab bahwa

mereka pernah mengantuk dalam kegiatan pembelajaran pada saat proses pembelajaran. Pencapaian rata-rata keseluruhan untuk kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen pada siswa kelas VII-2 yang menggunakan *Ice Breaking* adalah 3,41.

Dari analisis distribusi jawaban siswa kelas VII-4 SMP Negeri 2 Sipoholon tentang kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen yang diajarkan guru PAK tanpa menggunakan *ice breaking* diketahui jawaban angket yang memiliki nilai bobot tertinggi dari ke-20 item yang lain adalah nomor 2,12,16 dengan skor 99 dan nilai rata-rata 3,30 yaitu siswa jarang lupa materi yang telah diajarkan ketika guru PAK selesai menyampaikan materi, siswa jarang berkurang konsentrasi memperhatikan penjelasan materi pelajaran yang dijelaskan oleh guru dan siswa jarang kehilangan semangat dalam belajar Pendidikan Agama Kristen pada saat proses pembelajaran. Sementara nilai bobot terendah dari item yang lain adalah nomor 8 dengan skor 83 dan nilai rata-rata 2,77 yaitu masih banyak siswa yang menjawab bahwa mereka sering mengantuk pada saat proses pembelajaran berlangsung. Pencapaian rata-rata keseluruhan untuk kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen pada siswa kelas VII-4 tanpa menggunakan *Ice Breaking* adalah 3,11.

Dari uji statistik yang bertujuan untuk mengetahui penerimaan atau penolakan hipotesa penelitian, diperoleh nilai  $t_{hitung}$  berada pada sisi kanan kurva uji dua pihak, yaitu  $t_{hitung}=12,545 > t_{tabel}=2,04523$  berada pada daerah penolakan  $H_0$  dan penerimaan  $H_a$  sehingga dapat diketahui terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *ice breaking* oleh guru PAK terhadap kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Sipoholon Tahun Pembelajaran 2023/2024.

Pengaruh yang positif dan signifikan tersebut dapat diketahui bahwa tingkat kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen lebih rendah pada siswa kelas VII-2 yang diajarkan dengan menggunakan *ice breaking* karena dari hasil penelitian diperoleh 85,25% jawaban siswa dalam penelitian yaitu tidak pernah jenuh belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen ketika guru PAK mengajarkan siswa dengan menggunakan *ice breaking*. Sementara tingkat kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen lebih tinggi daripada siswa kelas VII-4 yang diajarkan tanpa menggunakan *ice breaking* karena dari hasil penelitian diperoleh hanya 77,75% jawaban siswa dalam penelitian yaitu tidak pernah jenuh belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen ketika guru PAK mengajarkan siswa tanpa menggunakan *ice breaking*.

Hasil penelitian ini dapat membuktikan kebenaran teori yang dikemukakan oleh Hidayatullah dalam jurnal (Khalimatus Sa'diyah) bahwa *Ice breaking* dibutuhkan untuk menyegarkan suasana belajar, menghilangkan kejenuhan pada siswa dan membangkitkan semangat belajar siswa, karena pada saat itu siswa mengalami kejenuhan dan merasa bosan terhadap pelajaran sehingga membutuhkan penyegaran untuk mengembalikan potensi atau kemampuan dalam menangkap pelajaran dengan baik.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **1. Kesimpulan**

#### **Kesimpulan Berdasarkan Teori**

*Ice breaking* adalah kegiatan atau permainan yang dapat menanggulangi kejenuhan belajar siswa, serta dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa, meningkatkan minat atau perhatian belajar siswa dan dapat menumbuhkan semangat belajar siswa. Tujuan utama *Ice breaking* adalah untuk membantu peserta didik untuk dapat menanggulangi kejenuhan atau kebosanan dalam mengikuti pembelajaran agar tetap selalu fokus dan juga dapat meningkatkan minat belajar peserta didik. Dengan adanya *Ice breaking* siswa yang belum termotivasi untuk mengikuti pembelajaran menjadi termotivasi dan tetap semangat selama proses pembelajaran berlangsung. Suasana belajar yang menyenangkan dapat memberikan motivasi yang tinggi bagi peserta dalam melakukan proses pembelajaran dan tujuan pembelajaran bisa tercapai.

Kejenuhan belajar adalah suatu kondisi peserta didik yang mengalami rasa bosan dan tidak semangat dalam mengikuti proses pembelajaran. Kejenuhan belajar sering terjadi karena pembelajaran yang monoton (tidak bervariasi) sehingga membuat peserta didik jenuh, mengantuk didalam kelas dan tidak mendapatkan hasil dalam belajar. Indikator kejenuhan belajar, yaitu: 1) kelelahan emosi, 2) kelelahan fisik. 3) kelelahan kognitif. 4) kehilangan motivasi.

### **2. Kesimpulan Akhir**

Berdasarkan teoritis dan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dengan adanya penerapan *ice breaking* yang dilakukan oleh guru Pendidikan Agama Kristen dengan sungguh-sungguh dapat mengatasi kejenuhan belajar di bidang Pendidikan Agama Kristen pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Sipoholon Tahun Pembelajaran 2023/2024.

### 3. Saran

Sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka penulis memberi saran kepada:

1. Guru PAK dapat menerapkan *ice breaking* dengan sungguh-sungguh dan kreatif untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa supaya tercapai tujuan pembelajaran dan tercipta pembelajaran yang menarik dan menyenangkan.
2. Siswa dapat mengurangi kejenuhan belajar dengan adanya metode pembelajaran *ice breaking* yang diterapkan oleh guru PAK dengan menumbuhkan motivasi belajar, tekun belajar dan mengerjakan tugas, sungguh-sungguh memperhatikan penjelasan guru di kelas, menciptakan suasana belajar yang aktif, kreatif dan menyenangkan supaya dapat menunjang belajar siswa menggapai keberhasilan belajar.
3. Pimpinan sekolah hendaknya membuat perencanaan pengadaan media pembelajaran yang optimal yang dapat mendukung guru menerapkan *ice breaking* supaya pembelajaran menarik dan inovatif sehingga kejenuhan belajar dapat dikurangi.

### DAFTAR PUSTAKA

- Aditya Lupi Tania, dkk. 2021. *Usaha Pemberian Layanan Yang Optimal Guru BK Pada Masa Pandemi Covid-19*. Edited by Mufied Fauziah.
- Dalam, Breaking, Pembelajaran Fisika, Meningkatkan Motivasi, dan D A N Hasil. "Penerapan permainan penyegar (*ice breaking*) dalam pembelajaran fisika untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar." *jurnal pendidikan Fisika FKIP Universitas Muhammadiyah Metro* (n.d.): 42–50.
- Justice Z.Z Panggabean Dra. Rusmauli Simbolon, *Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Agama Kristen*, ed. Dr. Hulman Sihombing (Tarutung: IAKN Tarutung, 2019).
- Nababan, Damayanti, dan Putri Mika. "Pengaruh Model Pembelajaran Ekspositori Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik." *Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora* 2, no. 2 (2023): 792–800.
- Raikhapoor, Meta Rosianna, dan Masniar Hernawaty Sitorus, "Pengaruh *Ice Breaking* Terhadap Keaktifan Belajar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Sipoholon Kabupaten Tapanuli Utara Tahun Pembelajaran 2023 / 2024," *Jurnal Pendidikan Agama dan Teologi* 2, no. 2 (2024)
- Simatupang, Limmarten, dan S Harefa. "Pengaruh Penggunaan *Ice Breaking* terhadap Konsentrasi Belajar Pendidikan Agama Kristen dan Budi Pekerti Siswa Kelas XI SMK Negeri 2 Balige Tahun ...." *Tri Tunggal: Jurnal ...* 2, no. 2 (2024).
- Sitompul, Sabar Rudi. "Peningkatan Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa Sebagai Dampak Positif Dari Peran Aktif Guru Di Sekolah" 5 (2019): 77–82.
- Sudjana. 2010. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.