

**PENGARUH TEKNIK *ICE BREAKING* TERHADAP EFEKTIVITAS LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA SMP NEGERI 15 KOTA BENGKULU**

**Eva Sefty Sary, Rita Sinthia**  
**FKIP Bimbingan Konseling Universitas Bengkulu**  
**Evasepty02@gmail.com, ritasinthia@unib.ac.id**

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *ice breaking* dan *tanpa ice breaking* untuk melihat pengaruh penggunaan teknik *ice breaking* dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pada siswa Kelas VIII F SMPN 15 Kota Bengkulu. Penelitian ini termasuk penelitian *Eksperimen Kuasi*. Metode analisis data menggunakan *Independent* sampel *Z-Tes*. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini bahwa penggunaan teknik *Ice Breaking* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki pengaruh, hal ini ditunjukkan dari hasil uji hipotesis *Z-Tes* yang diperoleh nilai  $z=-3.063$  dengan tingkat signifikansi 0,002 yang berarti  $p<0,05$  jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya terdapat pengaruh pemberian *Ice Breaking* dalam bimbingan kelompok antara siswa kelompok eksperimen dan siswa kelompok kontrol SMPN 15 Kota Bengkulu dan dari hasil *post-tes* terdapat perbedaan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *ice breaking* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan hasil *post-tes* deskriptif statistik dengan skor rata-rata kelompok kontrol sebesar 77,25 dan skor rata-rata kelompok eksperimen 86,17. Dari hasil *post-tes* tersebut menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memiliki nilai skor rata-rata lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

**Kata kunci: *Ice Breaking*, Layanan Bimbingan Kelompok.**

**ABSTRACT**

This research is designed to evaluate the difference between the both ways of providing group counseling service by using *ice breaking* technique or not, to see the effect in the implementation of group counseling to student on class VIII F in SMPN 15 Bengkulu. This research is classified as a (*Quasi Experimental Study*). This research is used *Z-test* independent sample to analyze the data. The result indicates that the used of *ice breaking* technique between experimental group and control group has significant effect, this is shown by the result of *Z-test* hypothesis testing on  $Z=-3,063$  with level of significance 0.002 which means  $P<0.05$  so the  $H_0$  is rejected (whereas/and)  $H_a$  is accepted. From the result above this research is shown that there is significant effect from *ice breaking* technique in providing group counseling service between the students in experimental groups and students in control group on SMPN 15 Bengkulu, and from the result of *post-test* there is difference in providing group counseling service by using *ice breaking* technique between experimental group and control group with an average score/value from control group are 77.25 while average score/value from experimental group are 86.17. From the *post-test* result shown that the value of the average score from experimental group is higher than the control group.

**Keywords: *Ice breaking*, Group counseling service.**

## **PENDAHULUAN**

Masa remaja sebagai usia bermasalah, setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri. Namun masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Terdapat dua alasan bagi kesulitan itu. Pertama, sepanjang masa kanak-kanak masalah anak-anak sebagian diselesaikan oleh orangtua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, karena para remaja merasa mandiri, sehingga remaja ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orangtua dan guru-guru. Karena ketidakmampuan remaja untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara yang diyakini, banyak remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan (Hurlock, 1980: 208).

Untuk membantu pemecahan masalah yang dihadapi oleh remaja perlu ada kegiatan layanan bimbingan dan konseling yang terorganisir, terprogram, dan terarah. Berdasarkan kurikulum SMU 1994, kegiatan layanan bimbingan dan konseling terdiri dari: (1) Layanan orientasi, (2) Layanan informasi, (3) Layanan penempatan dan penyaluran, (4) Layanan bimbingan belajar, (5) Layanan

konseling perorangan (individual) dan (6) Layanan bimbingan kelompok (Willis, 2007: 32-33).

Bimbingan dan konseling penting diselenggarakan di sekolah karena bimbingan dan konseling merupakan usaha membantu siswa agar dapat memahami dirinya, yaitu potensi dan kelemahan-kelemahan diri (Willis, 2007: 9). Berdasarkan observasi di SMP Negeri 15 Kota Bengkulu yang dilakukan pada tanggal 15 Januari 2015 ada (2) dua orang siswa yang mengatakan bahwa "guru bimbingan dan konseling yang ada di sekolah jarang melaksanakan layanan bimbingan kelompok. Pelaksanaan bimbingan kelompok dilaksanakan pada saat ada waktu luang saja, sehingga siswa kurang mengerti apa itu bimbingan kelompok dan saat dilaksanakan bimbingan kelompok tidak berjalan dengan efektif". Hal tersebut dapat dilihat dari kurang semangat dan antusiasnya siswa dalam pelaksanaan bimbingan kelompok. Siswa mengalami kebosanan dan kejenuhan ketika layanan bimbingan kelompok berlangsung dan ingin cepat-cepat mengakhiri proses layanan. Siswa merasa bosan dan jenuh karena tidak adanya teknik-teknik yang dilakukan pada saat melakukan proses layanan bimbingan kelompok.

Untuk menghilangkan kebosanan dan kejenuhan siswa dapat digunakan teknik *ice breaking* yang mengutamakan suasana bimbingan kelompok yang ceria, semangat dan tidak membosankan yang dilakukan secara kelompok dapat mengatasi masalah tersebut (Wulandari, 2013: 3). Sedangkan Sudjana (dalam Novia, 2013: 7) mendefinisikan penyajian teknik permainan yang baik akan menarik perhatian siswa hingga menimbulkan suasana yang mengasyikkan tanpa menimbulkan kelelahan.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini termasuk jenis penelitian *quasi Experimental*. penelitian eksperimental dengan melakukan penyamaan kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen hanya dalam satu karakter saja (Sugiyono, 2012: 116).

Penelitian ini mencoba untuk mendeskripsikan dan menganalisis pengaruh teknik *ice breaking* terhadap layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Kota Bengkulu. Dalam metode penelitian ini, peneliti ikut serta dalam penelitian dengan memberi layanan bimbingan kelompok di sekolah tersebut dengan memberikan perlakuan teknik *ice breaking* di kelompok eksperimen dan memberikan perlakuan tanpa menggunakan

teknik *ice breaking* di kelompok kontrol. Perlakuan ini diberikan selama kegiatan layanan bimbingan kelompok berlangsung.

Perlakuan diberikan sebanyak 5 (lima) kali pertemuan pada masing-masing kelas, setelah itu kedua kelas diberi *pos-tes* yang sama. Dari hasil *pos-tes* tersebut akan diketahui pengaruh

h dan perbedaan pemberian teknik *ice breaking* yang diberikan pada kelas eksperimen apakah lebih efektif dari pada kelas kontrol.

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Two Group Control Post-Test Only*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Kota Bengkulu Tahun Pelajaran 2014/2015 yang terdiri atas 6 (enam) kelas dengan jumlah siswa keseluruhan sebanyak 189 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII F SMP Negeri 15 Kota Bengkulu yang terdiri dari 24 siswa.

Penarikan sampel untuk siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Kota Bengkulu menggunakan metode *cluster random sampling* yaitu metode penarikan sampel yang tidak digunakan untuk sampel individu,

tetapi sampel untuk populasi yang berkelompok-kelompok (Mardalis, 2010: 58).

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil post tes efektivitas kelompok dalam bimbingan kelompok antara kelompok kontrol dan eksperimen memiliki perbedaan yang signifikan berikut dijelaskan hasil post tes antara kelompok kontrol dan eksperimen.

**Tabel 1**  
**Efektivitas Kelompok dalam Bimbingan Kelompok**

Kelompok Kontrol		
Kategori	Kelas Interval	Presentase
Sangat Tinggi	$\geq 92$	-
Tinggi	85-91	-
Sedang	82	33.33%
Rendah	78-81	25.00%
Sangat Rendah	72-77	41.67%

**Tabel 2**  
**Efektivitas Kelompok dalam Bimbingan Kelompok**

Kelompok Eksperimen		
Kategori	Kelas Interval	Presentase
Sangat Tinggi	$\geq 92$	16.67%
Tinggi	85-91	33.33%
Sedang	82	50.00%
Rendah	78-81	-
Sangat Rendah	72-77	-

Berdasarkan hasil *post-tes* untuk kelompok kontrol dijelaskan bahwa sesudah pemberian perlakuan tanpa menggunakan teknik *ice breaking* siswa yang memperoleh hasil *post-tes* sedang sebanyak 6 (enam) orang dengan presentase 33.33%, yang memperoleh hasil *post-tes* rendah sebanyak 1 (satu) orang dengan presentase 25.00%, yang memperoleh hasil *post-tes* sangat rendah sebanyak 5 (lima) orang dengan presentase 41.67%. Sedangkan hasil *post-tes* untuk kelompok eksperimen dijelaskan bahwa sesudah pemberian perlakuan dengan menggunakan teknik *ice breaking* siswa yang memperoleh hasil *post-tes* sangat tinggi sebanyak 2 (dua) orang dengan presentase 16.67%, yang memperoleh hasil *post-tes* tinggi sebanyak 4 (empat) orang dengan presentase 33.33%, yang memperoleh hasil *post-tes* sedang sebanyak 6 (enam) orang dengan presentase 50.00%.

Berikut ini dideskripsikan data hasil *post-tes* untuk kelompok kontrol tidak menggunakan teknik *ice breaking* dan kelompok eksperimen menggunakan teknik *ice breaking* dapat dilihat pada tabel statistik deskriptif seperti berikut ini:

**Tabel 3. Skor (Kelompok Kontrol)**

No	Keterangan	Skor
1	Mean	77.25
2	Std.Deviation	3.745
3	Minimum	72
4	Maximum	84
5	N	12

**Tabel 4. Skor (Kelompok Eksperimen)**

No	Keterangan	Skor
1	Mean	86.17
2	Std.Deviation	5.921
3	Minimum	80
4	Maximum	98
5	N	12

Berdasarkan skor efektivitas kelompok dalam layanan bimbingan kelompok untuk kelompok control memperoleh mean 77.25, standar deviasi 3.745, skor minimum sebesar 72, skor maksimum 84 dan N sebanyak 12 orang. Berdasarkan kategori efektifitas kelompok dalam bimbingan kelompok (lihat Tabel 1) dapat disimpulkan bahwa efektivitas kelompok dalam kategori sangat rendah.

Berdasarkan Tabel 1.3 dapat dilihat bahwa mean untuk kelompok eksperimen 86.17, standar deviasi 5.921, skor minimum sebesar 80, skor maksimum 98 dan N sebanyak 12 orang. Berdasarkan kategori efektifitas kelompok dalam bimbingan kelompok (lihat tabel 2) dapat disimpulkan

bahwa efektivitas kelompok dalam kategori tinggi.

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan antara teknik *ice breaking* dengan layanan bimbingan kelompok. Uji hipotesis ini menggunakan *software Statistical Packages for Social Science (SPSS) for Window Release 16,00 Uji Z*.

Pengujian hipotesis penelitian menggunakan Independent sampel z-tes yang hasilnya dapat dilihat pada Tabel 5:

**Tabel 5. Hasil Independent Sampel Z-Tes**

	EKSPERIMEN&KONTROL
Z	-3.063
Sig	.002

Berdasarkan Tabel 5 nilai  $z=-3.063$  dengan tingkat signifikansi 0,002 yang berarti  $p<0,05$  jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian *Ice Breaking* dalam bimbingan kelompok antara siswa kelompok eksperimen dan siswa kelompok kontrol SMP Negeri 15 Kota Bengkulu.

1. Berdasarkan hasil pengujian terhadap hipotesis penelitian diperoleh hasil dengan nilai  $z=-3.063$  dengan tingkat

signifikansi 0,002 yang berarti  $p < 0,05$  jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang diberikan teknik *ice breaking* dan kelompok yang tidak diberikan teknik *ice breaking* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol SMP Negeri 15 Kota Bengkulu.

2. Berdasarkan hasil *post tes* yang dilakukan melalui penyebaran angket yang dilakukan antara kelompok kontrol dan eksperimen dapat dilihat dari nilai skor rata-rata kelompok kontrol 77,25 dalam kategori rendah sedangkan kategori efektifitas kelompok dalam bimbingan kelompok untuk kelompok eksperimen skor rata-rata kelompok eksperimen berjumlah 86,17 dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan penggunaan teknik *ice breaking* dalam pelaksanaan bimbingan kelompok antara kelompok eksperimen dengan menggunakan teknik *ice breaking* dan kelompok kontrol tanpa menggunakan teknik *ice breaking*. Untuk kelompok kontrol saat diberikan perlakuan tanpa menggunakan teknik *ice breaking* siswa kurang antusias, tidak bersemangat dan

tidak berkonsentrasi sedangkan dikelompok eksperimen saat diberikan perlakuan dengan menggunakan teknik *ice breaking* siswa memiliki antusias yang tinggi, semangat, memiliki dinamika kelompok yang baik dan sangat aktif dalam berkomunikasi. Hasil penelitian di SMP Negeri 15 Kota Bengkulu dengan penerapan *ice breaking* membuktikan bahwa *ice breaking* dapat menambah gairah siswa untuk lebih fokus dan semangat dalam proses layanan bimbingan kelompok. Dengan demikian siswa lebih memperhatikan penjelasan secara mendalam agar dapat berperan yang mungkin akan dimainkannya. Siswa dapat belajar sambil bermain agar siswa tidak merasa tertekan saat pemberian materi mereka merasa antusias dan penuh semangat, sehingga siswa mudah menyerap dan memahami isi materi yang disampaikan dengan mudah, cepat dan menyenangkan.

## **KESIMPULAN**

1. Berdasarkan analisis data dan pengujian hipotesis yang dilakukan, dapat disimpulkan hasil dari penelitian yaitu, terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *ice*

*breaking* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan nilai  $z=-3.063$  dengan tingkat signifikansi 0,002 yang berarti  $p<0,05$  jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

2. Berdasarkan hasil *post-tes* yang dilakukan, dapat disimpulkan hasil dari penelitian yaitu, terdapat perbedaan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *ice breaking* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan hasil *post-tes* deskriptif statistik dengan skor rata-rata kelompok kontrol berjumlah 77,25 dalam kategori rendah dan hasil *post-tes* deskriptif statistik dengan skor rata-rata kelompok eksperimen 86,17 dalam kategori tinggi. Dari hasil *post-tes* tersebut membuktikan bahwa kelompok eksperimen memiliki nilai skor rata-rata lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh atau perbedaan pemberian *Ice Breaking* dalam bimbingan kelompok antara siswa kelompok eksperimen dan siswa kelompok kontrol SMP Negeri 15 Kota Bengkulu. Semakin banyak dilakukan kegiatan *treatmen* layanan bimbingan kelompok dengan teknik *ice breaking* semakin efektif kelompok (menambah gairah

siswa untuk lebih fokus dan semangat) dalam proses layanan bimbingan kelompok.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Mardalis, (2010). *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Novia, S. (2013). “Pengaruh Penggunaan Teknik Ice Breaking Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran IPS”. *Skripsi*. Bandung: F. Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kombinasi*. Yogyakarta: Alfa Beta.
- Willis, S. S. (2007). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Wulandari, R. A. (2013). “Pengaruh Penggunaan Teknik Pembelajaran *Ice Breaking* Terhadap Kemampuan Menulis Pantun” *Jurnal Pendidikan*. Hal 1-11.

*Pengaruh Teknik Ice Breaking Terhadap Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Smp Negeri 15 Kota Bengkulu*