

PENGARUH TOKEN EKONOMI UNTUK MENGURANGI AGRESIVITAS PADA ANAK

Novy Fitria¹⁾, Tatik Meiyuntariningsih²⁾

*Program Studi Psikologi Profesi (S2), Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Jl. Semolowaru 45 Surabaya
Email : novyfitria3@gmail.com*

Abstrak. *Perilaku agresivitas terjadi pada masa perkembangan karena pada masa inilah seorang anak sudah mulai merasa ingin mengetahui dan ingin melakukan sesuatu yang dia inginkan walaupun tanpa dia sadari sesuatu yang dia lakukan itu dapat berdampak negatif pada dirinya sendiri ataupun pada orang lain. Oleh karena itu, Token Ekonomi diterapkan pada penelitian ini dengan tujuan untuk mengetahui pengaruhnya dalam mengurangi gejala agresivitas pada anak. Token ekonomi adalah tanda/alat yang digunakan untuk memperkuat perilaku yang diinginkan dan pada jumlah tertentu kemudian dapat ditukarkan dengan reward konkret. Subyek dalam penelitian ini adalah seorang anak kelas 2 SD, berjenis kelamin laki-laki dan berusia 7 tahun 6 bulan dan memiliki riwayat terlambat bicara. Subyek suka melempar dan mendorong benda yang ada disekitarnya bila keadaan tidak seperti yang Subyek harapkan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Prosedur penelitian menggunakan 5 sesi dalam waktu 5 minggu, 2 kali asesment dan 3 kali pemberian intervensi dengan tingkat penurunan agresivitas sebelum diberi perlakuan setiap minggu menunjukkan perilaku agresivitas 3-4 kali menjadi 2 kali selama 3 minggu pemberian intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa token ekonomi efektif digunakan untuk mengurangi agresivitas pada anak, khususnya perilaku melempar dan mendorong benda.*

Kata Kunci : Agresivitas, token ekonomi

1. Pendahuluan

Anak-anak usia sekolah dasar umumnya berada dalam proses perkembangan yang berlangsung cepat dalam aspek fisik, emosional, intelektual, dan sosial. Dalam tahap perkembangan tersebut, tak jarang anak mengalami hambatan atau bahkan melakukan perilaku yang keliru yang dapat merugikan mereka baik untuk dirinya sendiri maupun orang lain. Perilaku yang sering terjadi pada anak adalah perilaku agresivitas. Perilaku agresivitas dapat didefinisikan sebagai perilaku yang terlihat yang dapat mengakibatkan kerugian bagi diri sendiri atau orang lain (Sukhodolsky et al., 2016). Diketahui bahwa anak-anak dengan tingkat agresi yang lebih tinggi memiliki tingkat adaptasi sosial yang lebih rendah daripada anak-anak dengan tingkat agresi yang lebih rendah, dan ada kecenderungan meningkatkan perilaku bermasalah seiring bertambahnya usia anak-anak.

Perilaku agresivitas anak muncul manakala anak merasakan adanya ancaman, marah, gusar, atau frustrasi. Perilaku agresivitas sesungguhnya merupakan reaksi normal pada anak-anak yang masih kecil. Anak-anak secara naluriah akan memunculkan perilaku ini ketika mereka merasa tidak nyaman, ketika mereka ingin melindungi diri mereka, atau ketika mereka ingin mencapai suatu tujuan tertentu namun tidak mengetahui bagaimana cara yang lebih baik untuk meraihnya. Selain itu perilaku agresivitas juga merupakan cara khas anak kecil untuk menunjukkan kepada orang lain bahwa mereka tidak suka pada apa yang dilakukan orang lain terhadap mereka. Akan tetapi semakin bertambahnya usia anak seharusnya semakin mampu menggunakan cara-cara yang lebih tepat untuk meraih tujuannya. Diharapkan setelah melewati usia 7 tahun, anak sudah lebih dapat mengendalikan dirinya untuk tidak menyelesaikan masalah dengan perilaku agresivitas.

Gangguan perilaku agresivitas apabila dibiarkan maka akan memberikan dampak negatif pada kehidupan anak dimasa mendatang yaitu perilaku kekerasan, kenakalan remaja, dan perilaku menyimpang lainnya.

Menurut Soekadji (1983) gejala agresivitas termasuk perilaku yang menyimpang dan merupakan masalah pribadi, yang dapat ditangani dengan memanfaatkan prinsip-prinsip belajar. Ada berbagai cara dalam modifikasi perilaku untuk mengurangi gejala agresivitas ini seperti pemberian *reward*, *punishment*, token ekonomi dan juga *time out*. Menurut Soekadji (1983) gejala agresivitas merupakan salah satu perilaku yang dapat diturunkan dengan pemberian token ekonomi. Zlomke & Zlomke (2003) telah membuktikan bahwa token ekonomi dan *self monitoring* dapat menurunkan tingkat agresivitas siswa. Changi & Daly (2012) juga membuktikan bahwa token ekonomi mampu mengurangi perilaku bermasalah pada anak autisme.

Token Ekonomi (*Token Reinforcement*)

Perilaku yang tidak diinginkan dapat dirubah dengan menggunakan strategi *behavior modification*, salah satu yang dapat digunakan dalam upaya menurunkan perilaku agresivitas adalah dengan menggunakan token ekonomi. Menurut Soekadji (1983) token ekonomi atau tabungan keping adalah prosedur pemberian kepingan (satu tanda atau isyarat) sesegera mungkin setelah perilaku yang diharapkan muncul. Selain itu Soekadji (1983) juga menambahkan bahwa nantinya kepingan ini dapat ditukar dengan benda atau aktivitas penguah yang diinginkan Subyek. Menurut Djiwandono (2002) bentuk dari token ekonomi dapat berupa angka, cek, kartu, mainan yang berbentuk uang, atau apa saja yang dapat diidentifikasi sebagai milik siswa.

Changi dan Daly (2012) juga menjelaskan token ekonomi adalah sebuah sistem penguatan yang diberikan untuk anak-anak dengan hadiah nyata bagi perilaku tertentu. Penghargaan ini atau "token" akan terkumpul sehingga anak dapat menukarkan token mereka dengan hadiah atau aktivitas yang sebenarnya. Token ekonomi telah terbukti menjadi intervensi yang efektif untuk mengurangi perilaku yang tidak pantas. Program token ekonomi ini menurut Soekadji (1983) dapat diterapkan pada anak-anak normal, anak-anak atau orang-orang yang perkembangannya terlambat, yang cacat mental atau yang mengalami penyimpangan kepribadian.

Berdasarkan beberapa penjelasan tentang token ekonomi tersebut diatas, dapat disimpulkan bahwa token ekonomi adalah prosedur pemberian satu kepingan (satu tanda atau isyarat) yang berbentuk bintang, stempel, stiker, poster, atau dengan tanda yang lain sesuai dengan kesepakatan antara keluarga dan Subyek sesegera mungkin setelah perilaku yang diharapkan muncul dan kepingan ini nantinya dapat ditukar dengan benda atau aktivitas yang sebenarnya yang diinginkan Subyek.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis pendekatan studi kasus. Metode merupakan proses, prinsip dan prosedur yang digunakan peneliti untuk mendekati suatu masalah dan mencari jawabannya. Dengan kata lain, metodologi adalah sebuah pendekatan umum untuk mengkaji topik penelitian. Dengan menggunakan penelitian kualitatif, maka data yang didapatkan akan lebih lengkap, lebih mendalam dan bermakna sehingga tujuan dari penelitian ini akan tercapai. Penelitian kualitatif adalah sebagai suatu gambaran yang kompleks, meneliti kata-kata, laporan terperinci dari pandangan responden, dan melakukan studi pada situasi yang alami.

Studi kasus adalah fenomena khusus yang hadir dalam suatu konteks yang terbatas (*bounded context*), meski batas-batas antara fenomena dan konteks tidak sepenuhnya jelas. Kasus ini berupa kasus individu, peran, kelompok kecil, organisasi, komunitas, atau bahkan suatu bangsa (Poerwandari, 2005).

Alat yang digunakan dalam melakukan pengambilan data adalah sebagai berikut :

1. Kertas HVS sebanyak 4 lembar
2. Pensil

3. Penghapus
4. Alat Tes WISC
5. Lembar jawaban WISC

Kertas HVS dan pensil diberikan oleh peneliti kepada Subyek secara bertahap sesuai dengan sesi-sesi dalam proses pengambilan data.

Alat yang digunakan dalam pemberian intervensi adalah sebagai berikut :

1. White Board
2. Lem
3. Stiker Bintang
4. Kertas Bufallo (peta hadiah)
5. Hadiah berupa : Crayon, Lego, Tas, Piala

Subyek Penelitian

Subyek dari penelitian berinisial AN, kelas 2 SD, berjenis kelamin laki-laki dan berusia 7 tahun 6 bulan dengan riwayat terlambat bicara.

Teknik Pengambilan Data

Teknik penggalan data dilakukan selama 5 minggu, dengan rincian 2 minggu asesmen dan 3 minggu intervensi. Asesmen yang dilakukan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan psikotes. Observasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah observasi umum yang nampak, baik di sekolah maupun dirumah. Sedangkan wawancara dilakukan kepada Subyek, nenek, ibu serta guru kelas dan guru olah raga Subyek.

Penggalan data lainnya adalah dengan menggunakan psikotes. Alat tes psikologi yang digunakan peneliti adalah DAP, BAUM, HTP, Bender Gestalt dan WISC. Tujuan dari psikotes adalah untuk memperkuat hasil observasi, wawancara untuk mengungkap gambaran diri, aspek kognitif, emosi dan sosial serta pola hubungan Subyek dalam keluarga.

Analisis Data

Peneliti menganalisis data dengan mengintegrasikan semua hasil asesmen (wawancara, observasi, psikotes). Semua ini digunakan untuk mendiagnosis dan kemudian menentukan serta memberikan intervensi yang tepat kepada Subyek.

Taraf inteligensi yang dimiliki Subyek berada dalam taraf rata-rata artinya subyek cukup mampu menyelesaikan tugas-tugas secara mandiri. Usia mental Subyek juga setara dengan usia kronologisnya sehingga subyek cukup mampu mengemban tanggung jawab yang diberikan kepadanya. Ibu dan ayah bisa melakukan fungsinya secara baik. Namun ia merasa kurang berarti atau dianggap, kurang diperhatikan, kurang berharga dan dikucilkan dalam keluarganya, hal ini terlihat dari hasil tes grafis subyek.

Berdasarkan hasil wawancara, subyek sudah mulai bersekolah sejak berumur 3 tahun yaitu sekolah PAUD selama 1 tahun, kemudian TK dan mulai masuk SD saat berusia 6 tahun. Orang tua memasukkan subyek di SD meskipun belum genap berusia 7 tahun selain karena tubuh subyek yang terlihat lebih besar dari anak seusianya juga dikarenakan menurut orang tua, subyek sudah mampu untuk bersekolah di Sekolah Dasar. Secara akademik subyek memiliki prestasi akademik yang cukup baik. Subyek sudah bisa menulis dan membaca dengan cukup lancar meskipun terkadang huruf B dan P terbalik penggunaannya. Motivasi belajarnya pun cukup baik, ia sangat bersemangat bersekolah. Setiap Senin-Jumat ia juga mengikuti les pelajaran.

Berdasarkan hasil observasi di sekolah, secara fisik subyek memang terlihat memiliki postur tubuh yang cukup besar dibandingkan dengan teman sekelasnya. Meskipun tubuhnya besar namun ia sangat aktif bergerak dan beraktivitas. Ia menyukai pelajaran olah raga terutama bermain sepak bola. Di kelas saat pelajaran sekolah dimulai, ia terlihat tenang dan memperhatikan seksama pelajaran hingga selesai. Namun apabila bosan ia akan menjahili

teman-temannya seperti mengambil pensil, memainkan kursi temannya namun apabila temannya membalasnya ia akan marah. Subyek sering bermain sendiri atau memperhatikan teman-temannya bermain, terlihat bahwa Subyek dijauhi oleh teman-temannya. Ketika ditanya teman-temannya menjawab bahwa subyek sering marah dan mendorong benda yang ada disekitarnya sehingga teman-teman subyek takut bermain dengannya. Menurut guru, subyek sering marah ketika ia merasa tidak dipahami kemauannya, merasa terancam pada beberapa mata pelajaran tertentu terutama agama, serta apabila temannya tidak bersikap seperti yang ia harapkan. Bila Subyek marah ia akan melempar dan mendorong benda yang ada disekitarnya dan sangat sulit ditenangkan. Bila Subyek menunjukkan perilaku agresivitas tindakan guru berbeda-beda, ada yang mengingatkan untuk tidak berbuat “nakal”, mendampingi subyek, ada juga yang meminta subyek meminta maaf. Subyek seringkali menunjukkan rasa bersalah bila telah menyakiti teman dengan melempar atau mendorong kursi meja bila ia marah namun subyek sering mengulangi perbuatannya meskipun telah meminta maaf.

Subyek dekat dengan nenek dan ibunya. Selama ini segala yang diinginkan subyek selalu dipenuhi agar Subyek tidak marah/menangis. Di lingkungan rumah subyek lebih banyak bermain seorang diri yaitu bermain sepeda atau sepak bola juga menonton televisi karena dilarang oleh nenek untuk main keluar rumah. Terlebih anggota keluarga yang sibuk dengan aktivitas mereka masing-masing sehingga kurang berkomunikasi dengan Subyek, hal inilah yang menyebabkan Subyek memiliki riwayat terlambat bicara. Namun Subyek kini sudah mulai dapat berbicara dengan lancar dan perbendaharaan kata yang dimiliki pun cukup luas.

Berdasarkan hasil pengukuran yang diperoleh, peneliti menggunakan token ekonomi sebagai media untuk menurunkan agresivitas. Ada beberapa tahap yang dilakukan dalam teknik ini, yang dijabarkan sebagai berikut :

- a. Mengidentifikasi perilaku-perilaku yang perlu dirubah, yaitu perilaku agresivitas khususnya perilaku melempar dan mendorong benda.
- b. Membuat dan mendisplay aturan.
Semua partisipan harus memahami aturan untuk memberikan token, kuantitas token yang diberikan untuk perilaku-perilaku yang berbeda, dan kapan Subyek dapat menukarkan token untuk mendapatkan *reward*.
- c. Memutuskan bentuk token dan *reward*
Dilakukan dengan kesepakatan antara peneliti dengan ibu subyek.
- d. Menetapkan “harga” dengan memilih berapa banyak token yang harus dimiliki Subyek sebelum menukarkannya untuk *back up reinforcer*.

Aturan yang diterapkan dalam penelitian ini :

- 1) Disepakati bahwa gambar bintang akan menjadi token/symbol.
- 2) 1 token/bintang akan diberikan bila dalam waktu sehari Subyek tidak berperilaku agresif baik disekolah maupun di rumah
- 3) Pemberian Hadiah disesuaikan dengan berapa banyak bintang yang harus didapat Subyek pada setiap levelnya (bukan akumulasi dari awal level)
- 4) Hadiah setiap level ditutup/tidak diberitahukan kepada Subyek untuk menggugah rasa penasaran subyek sehingga subyek bersemangat untuk berperilaku seperti yang diharapkan.

Tabel 1 Aturan Pemberian Token & Reward

Level	Jumlah Bintang	Reward
1	2	Crayon
2	4	Lego
3	6	Tas
4	7	Piala

2. Pembahasan

Sesi 1 yaitu *Building rapport* dan menggali data awal. Pada sesi ini peneliti mulai membangun *rapport* dengan Subyek, keluarga dan guru. Peneliti juga melakukan observasi terhadap subyek baik dilingkungan rumah maupun disekolah termasuk observasi lingkungan subyek termasuk pola hubungan dan interaksi subyek dengan orang-orang dilingkungan subyek. Menurut keluarga dan guru, Subyek sering marah hingga melakukan perilaku melempar dan mendorong benda yang ada disekitarnya ketika berada dirumah maupun disekolah bila sesuatu hal tidak sesuai dengan yang ia harapkan. Hal tersebut sudah terjadi sejak ia masuk Kelas 1 Sekolah Dasar. Menurut guru meskipun subyek memiliki riwayat terlambat bicara namun ia sangat pandai dalam pelajaran matematika dan sejauh ini mampu mengikuti ritme pelajaran disekolah sehingga ia tidak memiliki masalah dalam pelajaran namun untuk kontrol emosi terasa masih sangat kurang. Subyek hanya memiliki seorang teman karena teman-teman kelas yang lain takut berteman dengan subyek karena subyek mudah marah.

Sesi 2 yaitu menetapkan tujuan intervensi bersama Subyek dan keluarga Subyek (ibu dan nenek). Pada sesi ini peneliti merubah perilaku subyek dengan menggunakan token ekonomi kemudian peneliti mengajak Subyek beserta keluarga untuk menetapkan tujuan bersama-sama agar komitmen dapat terbangun dengan baik selama pelaksanaan intervensi.

Sesi 3 Pelaksanaan intervensi. Selama pelaksanaan intervensi Subyek mengalami perubahan perilaku dengan adanya pemberian token ekonomi. Pada awalnya subyek masih memperlihatkan perilaku agresivitasnya yaitu pada hari kedua pemberian intervensi. Kemudian setelah diberi perlakuan, secara sedikit demi sedikit subyek mampu untuk menahan atau mengontrol perilakunya. Ketika subyek tau bahwa subyek akan mendapat stiker dan mendapat hadiah, dengan senang subyek berusaha menahan untuk tidak menunjukkan perilaku agresivitasnya. Subyek akhirnya dapat menahan perilaku agresivitasnya dari hari ke 3 hingga hari ke 8 pemberian intervensi tanpa memperlihatkan kembali perilaku melempar dan mendorong benda yang ada disekitarnya. Namun pada hari ke 9 subyek mendorong beberapa meja sekolah. Hari ke 10 hingga selesai subyek tidak menunjukkan perilaku agresivitas melempar dan mendorong benda.

Sesi 4 Evaluasi. Pada sesi ini peneliti memastikan proses intervensi berjalan sesuai dengan kesepakatan. Subyek mau tetap menjaga komitmennya untuk tidak melakukan perilaku agresivitas khususnya melempar dan mendorong benda. Peneliti juga memberikan alternatif pemecahan masalah bila ditemukan masalah selama proses intervensi berlangsung.

Sesi 5 Terminasi. Penghentian proses intervensi dan melakukan diskusi dengan subyek beserta keluarga tentang perubahan perilaku yang dialami Subyek. Adanya perubahan perilaku seperti yang diharapkan. Subyek mengatakan bahwa sudah banyak yang tidak menjauhinya sehingga ia memiliki banyak teman. Adanya dukungan dari ibu, nenek, beserta guru untuk mengurangi perilaku agresif pada anak khususnya perilaku melempar dan mendorong benda sehingga subyek mampu mengurangi perilaku agresifnya. Dukungan yang diberikan dapat dikatakan sebagai penguah sosial positif bagi subyek sehingga pemberian token ekonomi lebih efektif untuk mengurangi perilaku agresif subyek. Dengan dukungan, subyek mampu untuk mengurangi perilaku agresifnya.

Berdasar hasil wawancara dan observasi seminggu setelah penelitian, guru dan keluarga Subyek menjelaskan bahwa perilaku melempar dan mendorong benda mengalami penurunan, Subyek sudah mampu mengontrol perilaku agresivitasnya. Walaupun masih ada bentuk agresif verbal seperti bicara keras-keras, tetapi untuk perilaku melempar dan mendorong benda masih dapat dikontrol.

Penelitian ini dapat berjalan dengan lancar dan berhasil karena adanya beberapa faktor yang mempengaruhi. Beberapa faktor tersebut adalah :

1. Adanya dukungan dari keluarga dan guru, khususnya guru dan ibu Subyek yang memberikan motivasi bagi Subyek, ketika Subyek merasa marah.
2. Adanya kerjasama dari Subyek untuk tetap mengikuti proses intervensi hingga selesai.
3. Adanya dukungan dari beberapa siswa sehingga penelitian ini berjalan dengan lancar.

Meskipun secara umum penelitian ini dikatakan berhasil, namun penelitian ini masih memiliki keterbatasan yaitu ketidakmampuan peneliti untuk membatasi munculnya efek samping pada Subyek yaitu naiknya intensitas agresif verbal yang sudah ada pada Subyek dengan menurunnya agresi fisik Subyek.

3. Simpulan dan Saran

a. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa token ekonomi dapat menurunkan perilaku agresivitas pada anak. Sebelum mendapat perlakuan dalam seminggu 4-5 kali Subyek memunculkan perilaku agresivitas, namun setelah perlakuan selama proses intervensi 3 minggu hanya muncul 2x perilaku agresivitas.

Selain itu, perilaku tidak melempar dan mendorong benda tetap dapat dikendalikan hingga seminggu setelah penelitian meski tanpa adanya perlakuan. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dapat diterima.

b. Saran

1. Saran untuk Keluarga Subyek

- a. Keluarga diharapkan memberikan perhatian yang cukup, bertanya kemauan Subyek sebenarnya sehingga Subyek memiliki kesempatan untuk mengutarakan atau menyampaikan isi pikirannya, namun tetap menerapkan aturan sehingga Subyek mengetahui apa yang boleh dan tidak boleh ia lakukan beserta alasan mengapa perilaku tersebut harus dilakukan atau tidak boleh dilakukan
- b. Keluarga diharapkan mau mendengarkan dan sebagai tempat Subyek berkeluh kesah, lebih dekat dan memberikan waktu yang cukup untuk berkomunikasi sehingga tumbuh kembang subyek dapat lebih optimal.

2. Saran Teoritis

Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti mengenai efektivitas token ekonomi untuk mengurangi perilaku agresif atau perilaku lainnya, hendaknya memperhatikan kelemahan dalam penelitian ini agar penelitian selanjutnya dapat memperoleh hasil yang lebih maksimal. Peneliti selanjutnya hendaknya memperhatikan antara lain :

- a. Mengurangi atau menghilangkan bentuk agresif verbal menggunakan token ekonomi.
- b. Kombinasi dengan prosedur lain seperti denda atau hukuman.

2. Saran Praktis

Penelitian ini berguna sebagai salah satu alternatif cara bagi keluarga dan guru untuk menurunkan perilaku agresif khususnya perilaku melempar dan mendorong benda pada anak dengan metode pemberian token ekonomi.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M. Kes., Psikolog selaku Dosen Pembimbing atas bimbingan dan masukannya terhadap penelitian ini.

Terimakasih kepada Subyek, Keluarga dan Guru yang telah bersedia bekerja sama sehingga penelitian ini berhasil sesuai yang diharapkan.

Daftar Pustaka

- [1]. Sukhodolsky, D. G., Smith, S. D., McCauley, S. A., Ibrahim, K., & Piasecka, J. B. (2016). *Behavioral interventions for anger, Irritability, and aggression in children and adolescents*. Journal of Child and Adolescent Psychopharmacology, 26, 1-7.
- [2]. Soekadji, S. (1983). *Modifikasi perilaku : penerapan sehari-hari dan Penerapan Profesional*. Yogyakarta: Liberty.
- [3]. Zlomke & Zlomke. (2003). Token economy plus self-monitoring to reduce disruptive classroom behaviors. Journal behavior analisyst today. Volume 4, issue 2.
- [4]. Changi, K.& Daly, M. (2012). *The effects of token economies on the occurrence of appropriate and inappropriate behaviors by children with autism in a social skills setting*. Journal document West Chester University/SPARC
- [5]. Djiwandono, S. (2002). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Grasindo.
- [6]. Poerwandari, K. (2005). *Pendekatan Kualitatif*. Depok: LPSP3.