

**BAB IV**

**PENDEKATAN BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK  
TOKEN EKONOMI DALAM MENGATASI KEMALASAN  
SEKOLAH ANAK USIA 12 TAHUN DI DESA  
KRAMATLABAN**

**A. Langkah-langkah Terapi Behavioristik**

Konsep dasar Behavioristik yaitu perilaku merupakan hasil belajar, sehingga dapat diubah dengan mengkreasikan kondisi-kondisi belajar. Pada dasarnya, proses konseling merupakan suatu penataan proses atau pengalaman belajar untuk membantu individu mengubah perilakunya agar dapat memecahkan masalahnya.<sup>1</sup> Dengan konsep dasar behavioristik tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya konseling ini dilakukan untuk mengubah kebiasaan seseorang, dengan proses atau pengalaman belajar untuk membantu individu dalam mengubah perilakunya yang menyimpang.

---

<sup>1</sup> Mohammad Surya, *Teori-teori Konseling* (Bandung: Pustaka Bani Quraisyi, 2003), p. 22

Dalam terapi behavioristik terdapat langkah-langkah atau prosedur yang harus dilakukan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi klien, antara lain:<sup>2</sup>

1. *Assesment*. Merupakan langkah awal yang bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika perkembangan klien. Konselor mendorong klien untuk mengemukakan keadaan yang benar-benar dialaminya pada waktu itu. *Assesment* diperlukan untuk mengidentifikasi metode atau teknik apa yang akan dipilih sesuai tingkah laku yang ingin diubah.
2. *Goal Setting*. Merupakan langkah untuk merumuskan tujuan konseling. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari langkah *assesment* konselor dan klien menyusun dan merumuskan tujuan yang ingin dicapai dalam konseling.
3. *Technique Implementation*. Yaitu menentukan dan melaksanakan teknik konseling yang digunakan untuk mencapai tingkah laku yang diinginkan yang menjadi tujuan konseling.
4. *Evaluation Termination*. Merupakan penilaian apakah kegiatan konseling yang telah dilakukan mengarah dan mencapai hasil sesuai dengan tujuan konseling.

---

<sup>2</sup> Gantina Komalasari, *et al.*, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: Indeks, 2011), p. 157

Dalam pendekatan behavioristik, teknik yang lazim digunakan untuk perubahan tingkah laku klien adalah token ekonomi. Esensi dari penggunaan token ekonomi adalah mengajarkan tingkah laku yang tepat dan keterampilan sosial yang dapat dipergunakan dalam suatu lingkungan.<sup>3</sup> Oleh sebab itu, peneliti menggunakan teknik token ekonomi untuk mengatasi kemalasan sekolah pada anak usia 12 tahun. Teknik ini dirasa cukup efektif karena menggunakan *reward* sebagai peningkatan perilaku yang diharapkan, terlebih lagi anak-anak senang jika diberikan hadiah.

Teknik token ekonomi atau disebut juga dengan tabungan keping, merupakan salah satu bentuk aplikasi dari pendekatan behavior, yang mana pendekatan behavior sangat erat hubungannya dengan modifikasi perilaku. Token ekonomi merupakan suatu wujud modifikasi perilaku yang dirancang untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan dan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan dengan pemakaian token (tanda-tanda). Individu menerima token dengan cepat setelah mempertunjukkan perilaku yang diinginkan.

---

<sup>3</sup> Rismawati, "Terapi Behavioral Dengan Teknik *Token Economy* Dalam Mengatasi Pelanggaran Siswa" (Studi Kasus SMAN Kibin), (skripsi Fakultas Ushuluddin, Dakwah dan Adab IAIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, 2016), p.10.

Token itu kemudian dikumpulkan dan dapat ditukarkan dengan suatu obyek atau hak istimewa yang penuh arti.<sup>4</sup>

Sebelum pembimbing menerapkan teknik token ekonomi maka perlu diperhatikan langkah-langkah sebagai berikut:<sup>5</sup>

1. Langkah pertama adalah pembimbing mengenali dengan jelas tingkah laku yang akan diubah menggunakan teknik token ekonomi. Definisikan perilaku tersebut secara spesifik, dapat diamati dan terukur supaya dapat menjaga konsistensi dalam implementasinya.
2. Memulai token. Dalam memulai teknik token ekonomi ini, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan, antara lain:
  - a. Pilih jenis token yang akan dipakai. Banyak objek/benda yang dapat dijadikan token misalnya stiker, uang mainan, kancing, dan berbagai benda lainnya. Perlu diingat bahwa dalam memilih token yaitu mudah dihitung, sulit untuk dipalsukan dan aman digunakan.

---

<sup>4</sup> Umri Mufidah, "Efektivitas Pemberian *Reward* Melalui Metode Token Ekonomi untuk Meningkatkan Kedisiplinan Anak Usia Dini"(skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2013), p. 4.

<sup>5</sup> Adi Fahrudin, *Teknik Token Ekonomi Dalam Pengubahan Perilaku*, [http://www.academia.edu/3600191/Teknik Token Economy Dalam Pengubahan Perilaku](http://www.academia.edu/3600191/Teknik_Token_Economy_Dalam_Pengubahan_Perilaku). (diakses pada 23 Mei 2019).

- b. Pilih hadiah yang akan ditukar dengan token. Hadiah yang diberikan tidak harus mahal. Misalnya, uang saku tambahan, perlengkapan sekolah yang bermanfaat untuk klien, atau juga hak istimewa seperti mengajak tamasya.
- c. Hitung berapa token untuk satu perilaku. Pembimbing mengatur berapa nilai token untuk satu perilaku yang diinginkan. Begitu juga jika klien menunjukkan perilaku yang tidak diinginkan, pembimbing dapat mengambil sebagian atau semua token sebagai bentuk hukuman. Namun, pembimbing perlu memperhatikan perilaku apa yang jelas untuk dijadikan patokan sebagai hukuman.
- d. Berapa harga untuk hadiah yang ditukar dengan token. Pembimbing perlu mengatur berapa harga hadiah yang dapat ditukar dengan jumlah token. Misalnya, 10 token bisa ditukar dengan main *game* selama 2 jam. Dalam hal ini pembimbing perlu menjaga konsistensinya.
- e. Buatlah bank token. Bank token dapat berupa toples untuk token yang berupa kelereng atau kancing. Bisa pula berupa papan atau kertas yang dapat ditempel sehingga bisa dengan mudah mengganti jumlah token.

Tentukan waktu untuk menukar token. Pembimbing perlu membuat kesepakatan dengan klien kapan waktu untuk menukar token yang sudah dikumpulkan.

### **B. Teknik Token Ekonomi Dalam mengatasi kemalasan sekolah pada anak usia 12 tahun**

Dalam penerapan teknik token ekonomi untuk mengatasi kemalasan sekolah pada anak usia 12 tahun, peneliti membaginya ke dalam beberapa pertemuan, antara lain:

*Pertama.* Sebelum pertemuan pertama dilakukan, peneliti terlebih dahulu melakukan penggalan data dan wawancara dengan orangtua, serta anak di Desa Kramatlaban untuk mendapatkan informasi mengenai anak yang malas sekolah. Pada pertemuan pertama ini, peneliti melakukan kegiatan *assesment* dengan klien.<sup>6</sup> Kegiatan *assesment* ini diawali dengan mempersilahkan klien , kemudian peneliti melakukan wawancara. Namun, sebelum peneliti melakukan wawancara dengan klien, peneliti mengajak para klien membicarakan topik netral untuk mencairkan suasana karena klien terlihat tegang. Setelah klien terlihat lebih santai dan nyaman, selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan klien AR, AG,

---

<sup>6</sup> Dilaksanakan pada minggu, 31Maret 2019.

NK, dan AN, yang merupakan subyek penelitian. Hal tersebut dilakukan guna memperoleh informasi yang lebih jelas tentang perilaku malas sekolah serta alasannya. Tetapi sebelum itu, peneliti menjelaskan kepada klien mengenai pentingnya pendidikan sekolah. Kemudian, klien menceritakan kemalasan sekolah yang biasa mereka lakukan ialah: bosan di kelas, kurang uang jajan, malas mengerjakan PR, tidur larut malam sehingga kesiangan, takut pada salah satu guru, dan lain sebagainya. Selanjutnya, peneliti menanyakan alasan mengapa klien malas sekolah. Kemudian klien menceritakan alasannya bahwa sebenarnya mereka tahu jika sekolah itu penting, namun mereka tetap tidak masuk sekolah, terlebih lagi hal tersebut dilakukan bersama-sama dengan teman sebayanya. Karena keterbatasan waktu, maka konseling dilanjutkan pada pertemuan berikutnya. Sebelum mengakhiri pertemuan kali ini, peneliti mengajak klien untuk berdo'a bersama sebelum pertemuan berakhir.

*Kedua.* Pada pertemuan sebelumnya, klien telah banyak menceritakan tentang permasalahannya. Namun, peneliti merasa belum mendapatkan cukup informasi. Maka, pada pertemuan kali ini peneliti melanjutkan proses konseling yang pada pertemuan pertama

belum selesai.<sup>7</sup> Seperti biasa, pada pertemuan kali ini peneliti mengajak klien untuk membaca do'a bersama agar konseling berjalan dengan lancar. Selanjutnya, peneliti menanyakan apakah klien shalat berjama'ah hanya di sekolah saja atau di rumah maupun di masjid dekat rumah mereka. Kemudian, klien menjawab bahwa mereka juga terkadang pergi sekolah bersama sama. Lalu, peneliti menanyakan apakah klien di rumah merasa senang tidak seperti di sekolah. Kemudian klien menjawab bahwa ketika di rumah klien merasa tidak seperti di sekolah di rumah merasa jenuh juga. Klien juga menceritakan bahwa mereka sering dimarahi oleh orang-orang rumah. Namun, klien mengaku tidak takut atau pun jera sekalipun sudah berulang kali dimarahi. Selanjutnya, peneliti menanyakan apakah orang tua mereka tidak mengarahkan/membimbing ataupun memberikan pemahaman kepada klien bagaimana ruginya orang yang tidak masuk sekolah. Kemudian klien menjawab bahwa orang tua mereka tidak pernah mengarahkan hal tersebut. Bahkan, ada salah satu klien yang menceritakan bahwa orangtua klien sendiri pun biasa saja melihat anaknya tidak masuk sekolah, mereka selalu sibuk dengan pekerjaannya masing-masing. Karena peneliti merasa sudah

---

<sup>7</sup> Dilaksanakan pada senin, 01 April 2019.



cukup mendapatkan informasi, maka peneliti mengakhiri pertemuan kali ini dengan berdo'a bersama.

*Ketiga.* Pada pertemuan ketiga ini peneliti awali dengan sama-sama membaca do'a supaya konseling berjalan lancar. Kemudian, peneliti melakukan tahap *goal setting* (tujuan konseling).<sup>8</sup> Peneliti mengajak para klien untuk menentukan tujuan yang ingin dicapai selama mengikuti kegiatan konseling. Tujuan yang sudah disepakati oleh peneliti dengan klien ialah mengatasi kemalasan sekolah pada anak usia 12 tahun. Setelah tujuan konseling disepakati, peneliti kemudian menjelaskan peran dan tugas peneliti kepada klien. Peneliti hanya bertugas untuk membantu klien untuk menangani perilaku malas sekolah. Peneliti juga menjelaskan jika proses konseling tidak akan tercapai tanpa ada usaha dari klien sendiri. Jadi, peran klien sangat mempengaruhi tercapai atau tidaknya tujuan dari konseling. Pada pertemuan kali ini, peneliti juga menentukan teknik yang akan diterapkan dalam kegiatan konseling, yaitu teknik token ekonomi. Kemudian peneliti menjelaskan kepada klien mengenai teknik token ekonomi yang merupakan sebuah modifikasi perilaku yang dirancang untuk

---

<sup>8</sup> Dilaksanakan pada Selasa, 02 April 2019.

meningkatkan perilaku yang diinginkan dan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan dengan menggunakan token (tanda-tanda seperti kepingan logam) yang kemudian bisa ditukar dengan hadiah atau hak istimewa yang diinginkan. Kemudian, peneliti menentukan token yang akan digunakan yaitu gambar orang tersenyum. Selanjutnya, peneliti menanyakan kepada klien mengenai hadiah apa yang akan ditukar dengan token tersebut, dalam hal ini klien sepakat bahwa hadiah yang dipilih ialah jam tangan. Kenapa memilih jam tangan sebagai hadiahnya, karena dengan jam tangan kita bisa melihat waktu mana saatnya belajar, bersekolah dan bermain. Karena waktu konseling sudah habis maka peneliti mengakhiri pertemuan kali ini dengan membaca do'a bersama-sama.

*Keempat.* Pada pertemuan keempat ini peneliti melanjutkan dari pertemuan sebelumnya. Sebelum memulai kegiatan peneliti mengajak klien untuk berdo'a agar Allah SWT memberikan kelancaran pada proses konseling. Karena pada pertemuan sebelumnya peneliti sudah menjelaskan mengenai teknik token ekonomi serta hadiah yang akan ditukar dengan token sudah disepakati maka, pertemuan kali ini peneliti menjelaskan langkah-

langkah dari teknik token ekonomi yang akan diterapkan.<sup>9</sup> Langkah-langkah dari teknik ekonomi yaitu, klien diharuskan mengumpulkan token (tanda) sebanyak yang sudah disepakati. Dalam hal ini, peneliti dan klien sepakat bahwa token yang harus dikumpulkan ialah sebanyak 4 (empat) buah. Kemudian peneliti menjelaskan kepada klien bahwa untuk mendapatkan token, klien harus memunculkan perilaku yang diinginkan. Dalam hal ini, perilaku yang diinginkan ialah tidak malas sekolah. Apabila klien tidak malas sekolah maka berhak mendapatkan satu token. Tetapi apabila klien tidak masuk sekolah maka klien tidak akan mendapatkan token. Selanjutnya peneliti menjelaskan bahwa jika klien sudah berhasil mengumpulkan token sebanyak 4 buah, maka klien bisa menukarkannya dengan hadiah atau hak istimewa yang berhak mereka dapatkan. Karena waktu konseling telah habis, maka pertemuan kali ini peneliti akhiri dengan berdo'a bersama.

*Kelima.* Pada pertemuan kelima ini, peneliti memasuki tahapan implementasi. Peneliti membahas teknik token ekonomi yang sudah mulai diterapkan oleh klien.<sup>10</sup> Sebelum kegiatan konseling dilakukan, peneliti dan klien terlebih dahulu membaca do'a

---

<sup>9</sup> Dilaksanakan pada rabu, 03 April 2019.

<sup>10</sup> Dilaksanakan pada minggu, 07 April 2019

supaya konseling berjalan dengan lancar. Kemudian, peneliti melihat perolehan token yang didapat oleh klien selama proses perubahan perilaku. Selanjutnya, peneliti memberikan pujian dan semangat kepada klien yang telah berhasil menerapkan teknik token ekonomi supaya klien dapat meningkatkan perilaku rajin sekolah. Selanjutnya, peneliti juga menjelaskan kepada klien agar selalu berusaha untuk masuk sekolah walaupun proses konseling sudah selesai dan sudah tidak diberikan hadiah lagi. Peneliti juga menjelaskan bahwa sekolah tidak hanya karena klien diberikan hadiah, tetapi karena kesadaran dari diri sendiri. Karena sekolah adalah kewajiban seorang pelajar. Kemudian, peneliti mengakhiri pertemuan kelima ini dengan berdo'a bersama karena waktu konseling telah habis.

*Keenam.* Pada pertemuan keenam ini masih membahas mengenai teknik token ekonomi yang sedang dilaksanakan klien.<sup>11</sup> Sebelum memulai kegiatan peneliti mengajak klien untuk berdo'a bersama-sama agar konseling berjalan dengan lancar. Selanjutnya, Peneliti juga melihat perolehan token yang didapat klien. Kemudian,

---

<sup>11</sup> Dilaksanakan pada kamis, 14 April 2019

peneliti terus memberikan motivasi dan pujian kepada klien agar klien tetap semangat dalam mengubah perilakunya.

*Ketujuh.* Pada pertemuan ketujuh ini peneliti mengevaluasi hasil kegiatan konseling.<sup>12</sup> Sebelum kegiatan dimulai, seperti biasa peneliti mengajak klien untuk berdo'a bersama. Kemudian, peneliti meninjau ulang kegiatan konseling yang sudah diterapkan. Hal tersebut bertujuan agar peneliti mengetahui apakah kegiatan konseling yang telah dilaksanakan mengarah dan mencapai hasil sesuai dengan tujuan konseling. Karena klien telah berhasil mengumpulkan token sebanyak yang sudah disepakati, maka pada pertemuan kali ini peneliti memberikan hadiah yang berhak klien dapatkan. Kemudian, peneliti menanyakan perasaan dan kondisi klien setelah menerapkan teknik token ekonomi. Selain itu, peneliti juga menanyakan kesan pesan klien serta memberikan hadiah karena klien telah berhasil menerapkan perilaku rajin sekolah. Kemudian, klien menceritakan bahwa mereka merasa senang setelah menerapkan teknik token ekonomi, karena klien bisa masuk sekolah dengan tidak malas lagi. Klien juga menyatakan bahwa akan

---

<sup>12</sup> Dilaksanakan pada minggu, 18 April 2019

mempertahankan perilaku barunya meskipun tidak diberikan hadiah. Pada pertemuan kali ini berjalan dengan lancar. Kegiatan konseling sudah dilakukan dengan baik dan memperlihatkan hasil yang sesuai dengan tujuan awal konseling. Selanjutnya, peneliti mengakhiri konseling dengan berdo'a bersama.

### **C. Perubahan Perilaku Setelah Menerapkan Teknik Token Ekonomi**

Sebelum teknik token ekonomi diterapkan, klien menunjukkan perilaku malas sekolah. Seperti, tidak mengerjakan PR, tidur larut malam, kurang uang jajan, bosan dengan lingkungan sekolah, takut pada salahsatu guru, dan lain sebagainya. Sehingga sekolah mereka terganggu dan menjadi tidak kondusif. Namun, setelah teknik token ekonomi dilakukan, klien menunjukkan perubahan perilaku yang cukup baik.

1. Responden AR. Sebelumnya, AR sering malas disekolah.

Terkadang dalam waktu satu minggu AR hanya 1-3 hari saja.

Ia juga mengaku sering kesiangan karena tidur larut malam.<sup>13</sup>

Namun, setelah teknik token ekonomi diterapkan, AR sudah

---

<sup>13</sup> AR, Hasil wawancara oleh Anis Riadoh, pada Rabu, 21 April 2019

menunjukkan perubahan perilaku yang baik. Walaupun pada awal penerapan teknik token ekonomi AR belum begitu konsisten dalam merubah kebiasaan buruknya, AR masih saja malas sekolah. Tetapi peneliti berusaha memberikan motivasi kepada AR agar berusaha merubah perilakunya. Sampai akhirnya AR mampu bersekolah dengan giat dan mampu menyesuaikan diri dengan sekolah. AR juga mengaku bahwa ia akan memertahankan perilakunya meski sudah tidak diberikan hadiah.<sup>14</sup>

2. Responden AG. sama halnya seperti AR, responden AG juga sebelumnya sering malas sekolah dan mengaku bahwa ia merasa minder dengan teman temannya karena AG terkadang tidak diberi uang jajan.<sup>15</sup> Namun, setelah teknik token ekonomi diterapkan, AG menunjukkan perubahan perilaku yang baik. Sama halnya juga seperti AR, pada awal penerapan teknik token ekonomi, AG belum begitu konsisten. Walaupun AG sudah tidak minder dan bisa berbaaur kembali dengan teman temannya. Namun, AG masih

---

<sup>14</sup> AR, Hasil pengamatan oleh Anis Riadoh, pada kamis, 25 April 2019

<sup>15</sup> AG, Hasil wawancara oleh Anis Riadoh, pada jumat, 29 April 2019

saja malas sekolah. Peneliti juga terus memberikan motivasi dan semangat kepada AG untuk berusaha merubah perilakunya. Sampai akhirnya, AG bisa sekolah dengan baik meskipun ada saja malasnya. AG juga mengaku akan mempertahankan perilaku barunya meskipun sudah tidak diberikah hadiah.<sup>16</sup>

3. Responden NK. Sebelumnya NK merasa jenuh di kelas, NK juga takut kepada salahsatu guru yang mengajar dirinya.<sup>17</sup>

Namun, setelah teknik token ekonomi diterapkan, NK sudah menunjukkan perubahan perilaku yang baik. Pada awal penerapan teknik token ekonomi NK sudah berusaha sekolah dengan baik walau kadang masih ada malasnya. Peneliti juga memberikan motivasi agar NK mampu mempertahankan perilaku barunya meski sudah tidak diberikan hadiah.<sup>18</sup>

4. Responden AN. Sama seperti responden NK, AN juga sebelumnya sering malas sekolah.<sup>19</sup> Namun, setelah teknik token ekonomi diterapkan, AN menunjukkan perubahan

---

<sup>16</sup> AR, Hasil pengamatan oleh Anis Riadoh, pada Selasa, 30 April 2019

<sup>17</sup> AN, Hasil wawancara oleh Anis Riadoh, pada Minggu, 31 Maret 2019

<sup>18</sup> AN, Hasil pengamatan oleh Anis Riadoh, pada Selasa, 30 April 2019

<sup>19</sup> NK, Hasil wawancara oleh Anis Riadoh, pada Minggu, 31 Maret 2019



perilaku yang baik. Meski pada awal penerapan teknik token ekonomi AN masih saja malas. Namun, setelah peneliti memberikan motivasi dan semangat AN sudah mau bersekolah lagi. Ia juga akan mempertahankan perilaku barunya meski sudah tidak diberikan hadiah.<sup>20</sup>

### **Perubahan Perilaku Setelah Teknik Token Ekonomi diterapkan**

NO	RESPO NDEN	PERILAKU MALAS SEKOLAH					
		Bosan di kelas	Kurang Uang Jajan	Masalah dengan Teman	Ketakutan Terhadap Guru	Kurangnya perhatian orangtua	Tidur larut malam
1.	AR		√				
2.	AG	√	√				
3.	AN	√				√	√
4.	NK	√					√

Setelah proses konseling selesai, klien mengalami perubahan perilaku yang baik, klien sudah bisa bersekolah dengan baik. Selama proses bimbingan berlangsung klien menyatakan perasaan senang karena klien merasa mendapatkan solusi dan motivasi untuk

---

<sup>20</sup> NK, Hasil pengamatan oleh Anis Riadoh, pada Selasa, 30 April 2019

meningkatkan kepercayaan diri dan menumbuhkan rasa semangat untuk sekolah kembali. Dan setelah proses bimbingan selesai, klien menunjukkan perilaku yang positif. Klien sudah bisa sekolah dengan rajin dan giat. Klien juga menyatakan untuk tetap mempertahankan perilaku barunya tersebut walaupun konseling sudah selesai.