



Token Ekonomi untuk Meningkatkan Sikap Disiplin pada Anak dengan ADHD

Ahmad Syafiin, Masayu Nandhia Dwiputri*

Universitas Muhammadiyah Malang

*nandhiadwiputri93@gmail.com

Abstrak

Token ekonomi merupakan salah satu bentuk modifikasi perilaku dalam mengatasi masalah perilaku pada anak ADHD. Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektivitas penggunaan token ekonomi dalam meningkatkan perilaku disiplin. Subjek dalam penelitian ini adalah anak usia 11 tahun dengan ADHD. Penelitian ini menggunakan wawancara klinis, observasi, Tes CPM dan Tes Binet. Penelitian ini menggunakan desain model ABA yang meliputi tiga fase yaitu fase *baseline* (A) pengamatan perilaku subjek hingga waktu yang telah ditentukan. Fase intervensi (B) implementasi ekonomi dan token tanpa intervensi (A) adalah fase tanpa penerapan ekonomi token. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan token ekonomi meningkatkan perilaku disiplin anak dengan ADHD.

Kata Kunci: Token Ekonomi, Disiplin, ADHD.

Pendahuluan

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) merupakan keadaan dimana anak mengalami gangguan dengan gejala yang ditandai dengan ketidakmampuan anak dalam memusat perhatian pada setiap pekerjaan atau tugas-tugas yang sedang dilakukan atau hadapi, sehingga keadaan ini menyebabkan anak memiliki rentang waktu yang singkat dalam perhatian dibandingkan dengan anak-anak yang seusianya. Gangguan ini seringkali juga disertai gejala hiperaktif dan terdapat tingkah laku impulsif (Hikmawati & Hidayati, 2014). Prevalensi *ADHD* menunjukkan terjadi di sebagian besar budaya pada sekitar 5% terjadi pada anak-anak dan sekitar 2,5% terjadi pada orang dewasa (DSM V, 2013)

Anak-anak dengan gangguan hiperaktif tampak dengan adanya gerakan-gerakan tangan dan kakinya tidak bisa diam atau dapat duduk dengan tenang. Hal ini pula yang menyebabkan anak akan seringkali meninggalkan kursi di kelas, padahal seharusnya ia mengikuti pembelajaran dengan tenang. Perilaku hiperaktif ini juga membuat anak-anak berlari kesana kemari, melompat-lompat atau terus menerus bangun dari duduknya padahal ia seharusnya duduk dengan tenang. Anak dengan gangguan ini akan terus menggunakan waktunya untuk terus bergerak, seperti gerakannya didorong karena adanya mesin dalam dirinya (Tentama, 2009). Permasalahan dalam beberapa aspek itulah yang diasumsikan menjadi penyebab mengapa anak seringkali melakukan aktivitas sesuai dengan kehendaknya sendiri, tanpa menghiraukan apa peraturan yang ada pada tempat tertentu.

Disiplin merupakan sebuah kondisi dimana seseorang memiliki tingkah laku yang teratur dalam menjalankan setiap tugas atau pekerjaan, tidak melanggar apa saja kesepakatan maupun peraturan yang telah disepakati Bersama. Sikap disiplin dimunculkan oleh diri sendiri untuk berbuat sesuai dengan keinginan untuk mencapai sebuah tujuan (Suryaningsih, 2004). Token ekonomi merupakan salah satu bentuk aplikasi dari modifikasi perilaku dengan pendekatan *behavior*. Selain itu token ekonomi adalah penerapan dari *operant conditioning* yaitu melakukan penggantian hadiah langsung dengan sesuatu yang dapat ditukarkan setelah melakukan perilaku sesuai dengan kesepakatan. Intervensi yang diberikan pada subjek juga melibatkan ibu, nenek serta guru untuk memberikan arahan serta bimbingan terhadap subjek. Target intervensi ini bisa dilakukan dirumah maupun disekolah.



Metode

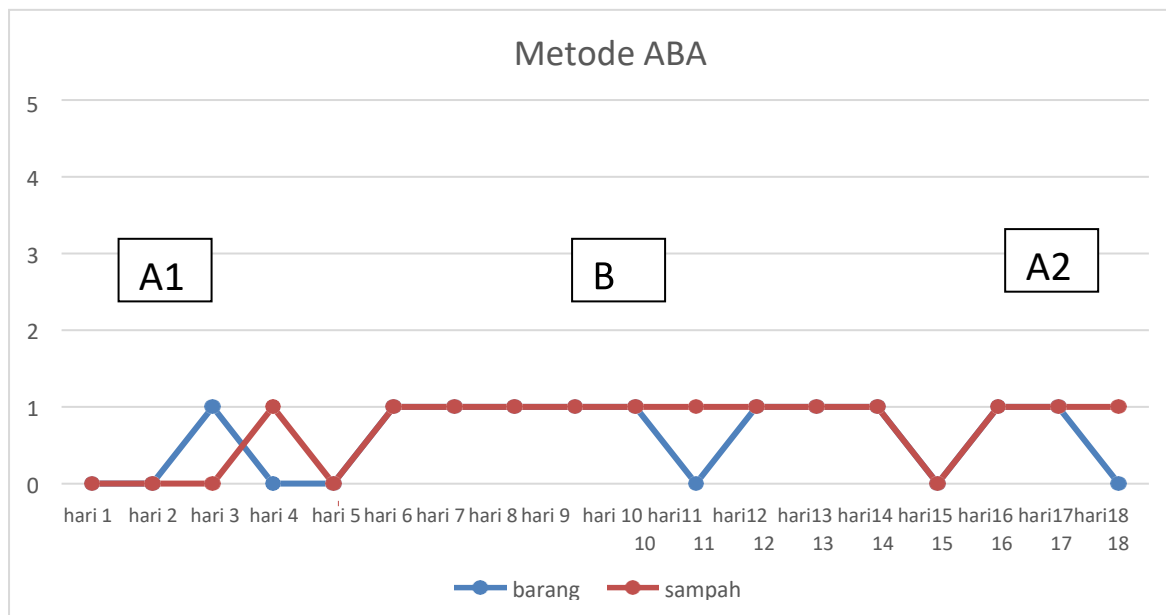
Pada penelitian ini, metode pengumpulan data yang digunakan yaitu dengan menggunakan Teknik wawancara dan observasi, wawancara dilakukan pada menggali informasi yang mendalam tentang keadaan subjek dan perilaku apa yang menjadi permasalahan pada subjek. Sedang observasi dengan menggunakan *behavioral checklist* untuk mencatat segala macam perilaku hiperaktif atau impulsive yang ditunjukkan oleh subjek. Observasi dilakukan oleh peneliti dari sebelum, selama proses dan setelah proses eksperimen dilaksanakan. Hal ini dilakukan untuk dengan jelas melihat bagaimana perubahan yang terjadi sebelum proses berlangsung dan setelah diberi perlakuan dengan terapi perilaku berupa token ekonomi. Subjek dalam penelitian ini merupakan seorang anak laki-laki berusia 11 tahun, sedang duduk di kelas 1 SD di salah satu sekolah swasta di Kota Malang yang telah memenuhi kriteria diagnosis *ADHD* berdasarkan pada DSM V.

Penelitian ini menggunakan *single-case experimental design* yaitu sebuah bentuk penelitian yang digunakan untuk mengamati atau mengevaluasi sebuah perlakuan yang diberikan pada individu dengan kasus tunggal (Kazdin, 1983). Pada *single-case experiment design* peneliti menggunakan A-B-A dimana terdapat fase base link (A : sebelum adanya perlakuan) dan fase perlakuan (B), kemudian melakukan penghentian perlakuan dan kembali mengacu pada baseline. Desain A-B-A dilakukan dengan menambah fase baseline kedua setelah fase perlakuan (Latipun, 2002)

Hasil

Subjek melaksanakan hanya 8 sesi tatap muka dengan praktikan dikarenakan keterbatasan kondisi saat ini yaitu pandemi COVID-19. Pada pertemuan intervensi disepakati 2 perilaku yaitu: membereskan peralatan sekolah serta membuang sampah pada tempatnya. Sesi ini subjek harus melakukan sesuai aturan yang ada serta dievaluasi dan diskusikan. Pada tahap ini orang tua, guru dan peneliti akan melakukan intervensi sesuai dengan aturan yang ada. Orang tua dan guru diberikan arahan untuk menjalankan dengan konsisten yaitu tidak memberikan token. Dari hasil intervensi, perilaku merapikan peralatan sebelum intervensi di fase A1 muncul pada hari ke 3 sedangkan perilaku membuang sampah baru muncul pertemuan hari ke 4. Pada fase B yaitu hari ke 5 hingga hari ke 14 subjek melakukan intervensi token ekonomi yang dilakukan oleh ibu dirumah, pada fase intervensi perilaku merapikan barang pada hari ke 11 sempat tidak nampak dikarenakan hari tersebut tidak melakukan kegiatan belajar dan subjek merasa tidak enak badan, akan tetapi perilaku membuang sampah terus muncul sampai pertemuan hari ke 14. Pada fase A2 dimana intervensi pemberian token tidak diberlakukan, sempat adanya penurunan di pertemuan ke 15 pada kedua perilaku akan tetapi muncul kembali pada pertemuan ke 16, di pertemuan ke 17 pada fase A2 ini perilaku membereskan peralatan sekolah sempat menurun, akan tetapi perilaku membuang sampah menunjukkan konsistensi meskipun di pertemuan ke 15 turun.

Terkait pemberian hadiah diberikan ketika hari ke 14 yaitu terkumpulnya 9 token yang ditukar hadiah atau reward yaitu berupa mainan motor GP dikarenakan subjek menyukai motor GP. Intervensi yang dilakukan oleh subjek terus diberikan secara konsisten dengan pantauan atau paduan melalui komunikasi online. Pada saat pertemuan ke 11 ibu terpaksa memutuskan menghentikan intervensi dalam perilaku membereskan peralatan sekolah dikarenakan tidak ada kegiatan belajar dan kondisi subjek kurang baik sehingga subjek perlu melakukan istirahat, praktikan melakukan *follow up* terhadap klien setelah pemberian intervensi berupa token pada pertemuan hari ke 15. Hasil konsistensi menunjukkan pada perilaku membuang sampah akan tetapi perilaku membereskan peralatan sekolah mengalami penurunan.



Diskusi

Terapi merupakan salah satu teknik untuk menghilangkan, mengurangi, meningkatkan dan memodifikasi suatu kondisi atau tingkah laku tertentu. Dalam kasus ini penggunaan modifikasi perilaku yaitu token ekonomi sebagai cara untuk membiasakan subjek patuh dan segera melakukan perintah ketika subjek mendapatkan instruksi. Kasus ini subjek sering menghiraukan instruksi orang lain karena suka lari kesana kemari. Namun dengan pembiasaan dan memotivasi secara konsisten untuk melaksanakan perintah orang lain dengan segera akan membuat subjek yang patuh dan bergegas melakukan instruksi yang diberikan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian bahwa token ekonomi dapat menurunkan perilaku hiperaktif pada anak ADHD hasilnya menunjukkan terdapat perubahan perilaku yang terjadi pada anak subjek dapat duduk dengan tenang dalam pengerjaan tugas yang telah diberikan oleh guru. Selain itu, subjek juga dapat fokus ketika mengerjakan tugas, tanpa berlarian ke sana dan kemari juga intensitas berbicara secara terus menerus mulai berangsur berkurang Ketika subjek mengerjakan tugas. Serta mulai tenang apabila berada ditempat umum (Ulwiyatul, 2021)

Subjek sebagai anak yang mengalami gangguan ADHD lebih memerlukan pengarahan dan pendampingan dari pada anak biasanya. Oleh karena itu dalam proses terapi yang dilakukan subjek tidak hanya orang tua saja yang ikut andil namun guru, nenek serta keluarga terdekat juga ikut berpartisipasi untuk memotivasi subjek. selama ini menambah motivasi subjek untuk melakukan kegiatan dengan teratur dan sesuai dengan perjanjian. Penelitian yang dilakukan oleh (Irianjani & Rohmah, 2020) menunjukkan hasil bahwa token ekonomi dapat meningkatkan konsentrasi atau perhatian pada anak yang awalnya hanya 5 menit menjadi 7 menit pada perkalian pertama, kemudian meningkat dari 7 menit menjadi 13 menit pada perlakuan selanjutnya.

Penerapan token economy membuat perilaku yang diharapkan muncul bisa diperkuat dengan sesuatu yang diinginkan oleh anak, sehingga hasil perilaku yang diharapkan bisa muncul dan bisa ditukar dengan sesuatu yang diinginkan oleh anak. Adanya hadiah yang diterima bisa membuat anak terus menerus mengulang perilaku dan terbiasa melakukannya. Sesuai dalam penerapan token economy yang dilakukan pada subjek oleh peneliti bahwa subjek memunculkan sebuah perilaku yang sudah ditargetkan setelah subjek melakukan dengan konsisten dan sesuai aturan serta mendapatkan penguatan berupa penukaran hadiah.



Selain itu pada intervensi ini juga dilakukan pengenalan dan uji coba untuk subjek bisa tertarik dan mudah untuk menjalani serta menumbuhkan kebiasaan disiplin pada dirinya.

Selama proses intervensi berlangsung juga ada beberapa hambatan salah satunya keterbatasan kesiapan fisik subjek yang kurang enak badan. Hal ini semua mengurangi ketidakefektifan jalannya terapi. Hambatan ini sulit untuk diprediksi karena subjek juga didiagnosa sebagai anak ADHD. Selain itu hal keterbatasan yang memberikan ketidakefektifan yaitu keterbatasan waktu terlalu singkat. Oleh karena itu sangat direkomendasikan untuk orang tua dan guru tetap memperhatikan atau memberikan pemahaman pada subjek dan tetap menerapkan aktivitas yang mulai terbiasa dilakukan oleh subjek

Kesimpulan

Modifikasi perilaku token ekonomi yang diterapkan pada subjek dengan gangguan ADHD dapat membuat subjek menjadi lebih disiplin pada dirinya khususnya perilaku membuang sampah dan membereskan peralatan sekolah setelah kegiatan belajar selesai. Saran untuk intervensi lanjutan yang bisa dilakukan perjanjian atau kesepakatan seperti ketika pelaksanaan assesmen atau intervensi subjek yang akan melakukan sendiri tanpa bantuan orang lain dan kesepakatan yang sudah ada dilakukan secara konsisten.

Daftar Pustaka

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual (5th ed.)*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing
- Hikmawati, I.D & Hidayati, E. (2014). Efektivitas Terapi Menulis untuk Menurunkan Hiperaktivitas dan Impulsivitas pada Anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*. *Emphaty Jurnal Fakultas Psikologi*. Vol. 2 No. 1 Juli 2014. ISSN2303-114X
- Irianjani, N. D & Rohmah, F.A. (2020). Applying Token Economy to Improve Attention of Child with ADHD. *Journal of Early Childhood Care and Education*. Vol. 3 No. 1 March 2020 pp 1-13. E-ISSN 2615-1413.
- Latipun. (2002). *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Press.
- Suryaningsih. (2004). Pengaruh Disiplin Terhadap Peningkatan Prestasi Hasil Belajar Siswa MTsN Malang I, RS. PI
- Tentama, F. (2009). Peran Orang Tua dan Guru dalam Menangani Perilaku Hiperaktifitas pada Anak ADHD di SLB Negeri 3 Yogyakarta. *Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah Kesehatan Masyarakat*. Vol. 3 No. 1 Yogyakarta Januari 2009. ISSN: 1978-0575.
- Ulwiyatul, H. (2021). Token Ekonomi Sebagai Perlakuan Menurunkan Perilaku Hiperaktif pada Anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder*. *Procedia Studi Kasus dan Intervensi Psikologi* Vol 9 (3) 83-87. DOI: 10.22219/procedia.v9i3.16325