

EFEKTIVITAS TERAPI BEHAVIORAL TOKEN EKONOMI UNTUK MENURUNKAN AGRESI PADA ANAK KORBAN KEKERASAN

Arin Khusnul Khabibah^{1*}, Nita Tri Mulyaningsih²
^{1,2} Magister Psikologi Profesi, Universitas Islam Indonesia

Email: arinkhusnul@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi behavioral dengan teknik token ekonomi untuk menurunkan agresi pada anak yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Metode penelitian ini adalah single case subject dengan subjek berjumlah satu orang anak laki-laki berusia enam tahun. Pengukuran terhadap frekuensi perilaku agresi menggunakan behaviorak checklist. Intervensi yang digunakan sebanyak tiga sesi dengan menggunakan berbagai media dan melibatkan orang tua sebagai pendukung keberhasilan intervensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan frekuensi perilaku agresi pada subjek setelah mengikuti sesi terapi.

Kata kunci : token ekonomi, agresi, anak

ABSTRACT

This study aims to determine the effectiveness of behavioral therapy with token economy techniques to reduce aggression in children who experience domestic violence. This research method is a single case subject with the subject of one boy aged six years. Measurement of the frequency of aggressive behavior using a behavioral checklist. The intervention used was three sessions using various media and involving parents as supporters of the success of the intervention. The results showed a decrease in the frequency of aggressive behavior in the subject after attending the therapy session.

Keywords : token economy, aggression, child

PENDAHULUAN

Agresivitas adalah salah satu perilaku yang dinilai buruk di masyarakat. Hal tersebut karena agresi pada beberapa situasi dinilai sangat merugikan dan melanggar aturan norma. Agresi, pada dasarnya adalah salah satu bentuk ekspresi emosi marah. Agresi muncul sebagai bentuk penolakan, pembelaan diri yang tertindas atau sebagai bentuk ketidakpuasan yang dilakukan dengan menyerang, menyakiti, atau merusak objek agresi dengan unsur kesengajaan (Saad, dalam Syarif 2017). Bentuk agresi juga bukan hanya berupa tindakan namun juga perkataan yang dampaknya dapat menyebabkan perasaan tidak nyaman.

Agresi dapat muncul pada berbagai kalangan usia, tak terkecuali pada anak yang masih sangat muda, sebagaimana dalam kasus ini pelaku agresi yang ditangani adalah anak laki-laki dengan usia enam tahun. Pada anak, perilaku agresi sangat merugikan apabila tidak ditangani dengan segera karena teman sebaya sering kali menjadi korban (Nadhirah, 2017). Banyak faktor

yang melatarbelakangi terbentuknya perilaku agresi pada anak, diantaranya perasaan marah, faktor biologis, faktor lingkungan eksternal dan juga adanya peran modeling dari figur terdekat anak yakni orang tua (Syarif, 2017). Orang tua yang sehari-hari bertanggungjawab pada kehidupan anak memiliki peran yang besar dalam terbentuknya perilaku mereka, tidak terkecuali perilaku agresi yang sayangnya justru kadang anak terima dari figur orang tua yang pada akhirnya perilaku tersebut mereka duplikasi.

Modeling adalah salah satu proses terbentuknya perilaku. Di masa kanak, modeling oleh anak dilakukan dengan mencontoh dan meniru perilaku orangtua, pengasuh atau sebagai proses belajar (Repita, Parmiti dan Tirtayani. 2016). Karena didasarkan pada hasil observasi, perilaku anak yang didapat dari proses modelling ini masih dapat berubah-ubah sesuai dengan apa yang ia proses selanjutnya. Komalasari (dalam Repita dkk, 2018) juga menyebutkan bahwa teknik modelling dibagi menjadi diantaranya modelling nyata, simbolik dan ganda dimana pembeda dari ketiganya adalah keberadaan dan bentuk dari role model.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *single case experimental design* yang menggunakan pola A-B-A. A merupakan tahapan pengukuran dimana subjek diamati oleh orang tua berkaitan dengan perilaku agresi yang dicatat menggunakan behavioral checklist. Skor yang diperoleh dari dua kali pengukuran pada tahap A akan digunakan untuk melihat efektifitas terapi yang dilakukan. Sedangkan B merupakan intervensi yang menggunakan terapi token ekonomi sebagai upaya untuk menurunkan perilaku agresi.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan observasi dan wawancara. Peneliti menggunakan beberapa metode pengumpulan data untuk mendalami kasus, sebab-akibat, serta bentuk dan frekuensi perilaku agresi pada subjek secara utuh agar dapat menentukan teknik intervensi yang paling sesuai. Observasi ditujukan untuk melihat kondisi fisik subjek, lingkungan tinggal dan juga cara subjek berinteraksi dengan lingkungannya. Wawancara autoanamnesa ditujukan untuk melihat modal yang dapat digunakan menjadi media terapi. Wawancara alloanamnesa ditujukan untuk melihat bagaimana pola hubungan dalam keluarga dan bagaimana bentuk-bentuk perilaku agresi yang sering muncul, antesedennya dan *reward* atau *punishment* yang diberikan oleh orang tua.

Pengukuran frekuensi perilaku agresi subjek dilakukan dengan cara behavioral checklist yang terfokus pada perilaku apa saja yang hendak dihilangkan. Pada penelitian ini, terdapat beberapa perilaku yang menjadi target terapi diantaranya merusak barang, berkata kotor, membantah perintah orang tua atau guru di sekolah, berteriak ketika menginginkan sesuatu, menendang barang, mengancam, berbicara dengan nada tinggi dan menghentak-hentakkan kaki. Orang tua dalam penelitian ini memiliki tugas untuk melakukan observasi dan checklist jika anak memunculkan perilaku agresi. Observasi ini dilakukan pada tiga tahap yakni sebelum intervensi, saat intervensi dan setelah dilaksanakannya intervensi.

Berdasarkan hasil pengumpulan data di atas, peneliti menyusun rancangan intervensi sebagai berikut:

Tabel 1. Rancangan Intervensi

Sesi	Waktu	Kegiatan	Tujuan dan Target
1	1 jam	Psikoedukasi orang tua	Sesi pertama akan dilakukan bersama orang tua dan atau pendamping <ul style="list-style-type: none"> • Mengedukasi orang tua mengenai dampak dari perilaku kekerasan kepada anak • Mengajarkan kepada orang tua alternatif perilaku untuk menerapkan disiplin pada anak
2	15 menit	Membangun kesepakatan	Sesi 1 akan dilaksanakan bersama klien dan pendamping dengan tujuan membahas keluhan klien dan menjelaskan tentang perilaku agresi. Kemudian pada sesi ini juga terapis akan membantu memfasilitasi penerapan prinsip reward dan punishment untuk mengurangi perilaku agresi.
3.	1 jam	<i>Semantic Modelling</i>	Menunjukkan secara simbolis perilaku agresi dan alternatif perilaku yang lebih positif. mengevaluasi berjalannya prinsip token ekonomi yang sudah dijelaskan dan diberikan di pertemuan sebelumnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Asesmen

Klien merupakan seorang anak laki-laki yang berusia enam tahun dan saat ini sedang duduk di bangku TK tingkat B di Yogyakarta. Klien merupakan anak pertama dari dua bersaudara yang mana adik klien (S) merupakan seorang bayi perempuan berusia dua bulan.

Ayah dan ibu klien merupakan seorang wirausaha. Setiap hari, orang tua klien berada di tempat kerja untuk mengurus bisnisnya mulai dari urusan operasional hingga managerial. Anak dengan kedua orang tua bekerja umumnya mengalami kendala dalam perkembangannya, khususnya pada perkembangan kognitif dan sosial, pada beberapa penelitian bahkan menyebutkan bahwa ibu yang bekerja memiliki korelasi positif dengan penyimpangan perilaku, gangguan perilaku hingga kenakalan remaja (Handayani et al, 2017)

Hal tersebut juga terlihat pada diri klien. Semenjak berusia dua tahun, klien kurang mendapatkan stimulasi karena ayah dan ibunya sibuk bekerja. Pada saat berusia tiga tahun, klien pernah mengalami gangguan tics motorik yang disebabkan oleh kebiasaan menonton televisi. Gangguan tics motorik adalah sebuah reflek berulang pada otot tertentu yang bersifat kompulsif dan tidak berirama yang paling sering ditemui pada area wajah yang dalam kasus ini gerakan mata yang tidak terkontrol (Ludolph dkk, 2012). Hal tersebut sangat disayangkan karena menurut Nurmalasari (2015), usia 2-4 tahun anak mulai belajar untuk mengembangkan kemampuan kognitif dan sosialnya. Kurangnya stimulasi yang tepat akan menyebabkan anak kesulitan untuk membangun hubungan dengan orang lain di masa perkembangan selanjutnya.

Sehari-hari, sepulang sekolah klien berada di tempat kerja ayah (di depan rumah kakek nenek klien). Di rumahnya sendiri, klien tidak memiliki pengasuh atau teman sebaya. Di lingkungan kantor ayah, klien tidak memiliki satupun teman. Hal tersebut membuat klien tidak memiliki aktivitas sosial dan lebih sering bermain bersama kakek neneknya atau bermain gadget sendirian. Pengasuhan yang melibatkan kakek dan nenek khususnya yang menerapkan pola pengasuhan permisif ternyata tidak selamanya baik, bahkan pola pengasuhan semacam ini akan menghambat perkembangan sosial anak dan menjadikan anak menarik diri dari lingkungan sosialnya (Haryani, Dimiyati dan Fauziah, 2022).

Ketika diasuh oleh kakek dan neneknya, klien cenderung dimanjakan dan tidak disiplin terhadap aturan yang diberikan oleh orang tuanya. Pola pengasuhan semacam ini disebut dengan pola pengasuhan permisif dimana anak cenderung dituruti keinginannya tanpa diimbangi dengan pemberian edukasi mengenai nilai dan moral yang baik (Handayani, Purbasari dan Setiawan, 2020). Ketika klien menginginkan sesuatu, kakek dan neneknya akan langsung menurutinya bahkan ketika ibu klien sudah melarang. Ketika ibu melarang klien, klien akan marah dan melakukan tindakan agresi seperti berteriak, menghentak-hentakkan kaki, membantah bahkan mengancam untuk pergi ke rumah kakek dan neneknya agar keinginannya dituruti. Pada anak, agresi sering muncul sebagai bentuk frustrasi, ketidaksabaran atau sederhananya adalah ekspresi dari emosi marah (Nadhirah, 2017).

Perilaku klien ini selalu muncul ketika klien berada di dekat kakek dan neneknya dan cenderung berkurang apabila beberapa waktu klien tidak bersama dengan kakek dan neneknya. Kakek dan nenek klien melakukan hal tersebut menurutnya sebagai penebusan dosa yang dahulu pernah dilakukan kepada anak-anaknya yakni perbuatan agresi. Dari sinilah menurut ibu klien perilaku agresi klien muncul, karena dimanjakan oleh kakek dan neneknya, serta modeling dari perilaku ayahnya. Perilaku figur lekat memiliki peran yang besar dalam konsep pembentukan pola perilaku pada anak, apa yang dilihatnya pada figur lekat akan menjadi contoh bagi perilakunya di masa mendatang, prinsip tersebut disebut dengan modeling (Widiasari & Pujiati, 2016).

Hasil Intervensi

Pada penelitian ini, intervensi dilakukan sebanyak tiga kali dengan berbagai media yang berbeda. Berdasarkan hasil observasi, subjek mengalami perubahan dan tampak adanya penurunan perilaku agresi, bagaimana dilampirkan pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Observasi Perilaku Agresi

Perilaku	Sebelum Intervensi				Saat Intervensi				Setelah Intervensi			
	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Merusak barang	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Berkata kotor	v	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Membantah	v	-	-	v	v	-	v	-	-	-	v	-
Berteriak	v	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Menendang barang	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Mengancam	v	-	-	v	v	-	-	-	-	-	v	-
Berbicara dengan nada tinggi	v	-	-	-	v	-	v	-	-	-	v	-
Menghentak-hentakkan kaki	-	-	-	v	-	-	-	-	-	-	-	-
Jumlah	8				6				3			

Berdasarkan hasil pengamatan melalui behavioral checklist, terlihat beberapa perubahan perilaku klien. Secara umum, frekuensi dan jenis perilaku agresi mengalami penurunan dari sebelum intervensi ke sesudah intervensi. Sedangkan hasil secara kualitatif berdasarkan hasil wawancara dan *follow up* adalah sebagai berikut :

Tabel 3. Hasil Intervensi Secara Kualitatif

Sebelum Intervensi	Setelah Intervensi
Ayah klien melakukan kekerasan kepada klien setiap kali marah atau keinginannya tidak dituruti oleh klien	Ayah klien cenderung lebih tenang dan tidak melakukan kekerasan kepada klien
Klien tidak mengerti perilaku patuh kepada orang tua Klien tidak mengerti bahwa membantah merupakan perilaku yang dilarang	Klien memahami konsep perilaku patuh terhadap larangan dan perintah orang tua dan mengetahui bahwa membantah perkataan orang tua adalah hal yang buruk dan dilarang
Klien melakukan tindakan agresi setidaknya setiap dua hari sekali	Frekuensi munculnya perilaku agresi klien berkurang menjadi 3-4 hari sekali

Perilaku agresi klien besar kemungkinan merupakan hasil modeling dari perilaku ayahnya. Ketika ayah klien mulai mengurangi frekuensi perilaku agresi, dan cenderung lebih tenang, klien juga akan mencontoh hal tersebut. Ayah klien mengurangi frekuensi perilaku agresi setelah dilakukan psikoedukasi oleh terapis dengan menjelaskan definisi, bentuk, faktor dan dampak dari perilaku agresi pada anak ditambah dengan adanya motivasi yakni akan mendapatkan mobil remot apabila mampu mendapatkan 100 bintang, maka klien mulai mengurangi perilaku agresi. hal tersebut adalah karena mobil remot merupakan mainan yang diinginkan klien sejak lama akan tetapi belum dituruti oleh orang tua klien.

PEMBAHASAN

Behavioral terapi merupakan salah satu metode terapi yang efektif untuk mengurangi perilaku maladaptif, khususnya agresi pada anak usia dini. Rizki (2020) menjelaskan bahwa behavioral terapi fokus pada bentuk perilaku apa yang ingin dikurangi secara spesifik dengan menerapkan prinsip belajar dari pendekatan behavior. Token ekonomi merupakan salah satu metode dalam behavioral terapi dimana anak akan diberikan stiker apabila berhasil menampilkan perilaku tertentu yang diharapkan oleh orang tua atau guru. Ketika anak mampu mengumpulkan stiker dalam jumlah tertentu, maka stiker dapat ditukar dengan barang berharga yang menimbulkan motivasi bagi anak.

Pada penelitian ini, sebelum menentukan hadiah yang akan diberikan kepada anak sebagai bentuk reward, peneliti terlebih dahulu menggali apa yang disukai oleh anak. Pada penelitian ini, subjek diketahui menyukai dinosaurus dan mobil, maka peneliti menanyakan kepada subjek untuk hadiah yang diinginkan dan akhirnya ibu, peneliti dan subjek menyepakati hadiah yang akan diberikan merupakan mobil remot. Penghargaan atau reward seperti ini memiliki arti yang penting dalam kehidupan anak, anak akan memiliki alasan yang jelas untuk merubah perilaku hingga akhirnya perilaku tersebut menjadi pola yang melekat pada diri anak (Mufidah, 2012).

Banyak penelitian telah membuktikan efektivitas token ekonomi dalam modifikasi perilaku anak, sebagaimana penelitian Handayani dan Hidayah (2014) terbukti menurunkan skor agresi pada anak. Tirtayani dan Martani (2012) menemukan bahwa penerapan token ekonomi dapat mengurangi perilaku disruptif pada anak usia dini. Penelitian oleh Pramitha dkk (2018) menyebutkan bahwa instruksi yang efektif dan penerapan token ekonomi dapat menurunkan hiperaktivitas pada anak. Kemudian penelitian Carnett dkk (2014) menjelaskan efektivitas token ekonomi dengan hadiah yang dipilih anak sendiri terbukti efektif menurunkan perilaku menentang khususnya pada anak autis.

Pada intervensi ini, terapis menerapkan dua jenis reinforcement sebagai penerapan prinsip belajar, yakni *positive reinforcement* dimana klien akan diberikan lima stiker jika tidak melakukan perilaku agresi dan *negative reinforcement* jika klien menunjukkan perilaku agresi. Dalam pelaksanaannya, terapis tidak bisa bekerja sendirian melainkan membutuhkan dukungan dari orang tua untuk melakukan observasi dan penempelan stiker di rumah. Dalam penerapan intervensi token ekonomi, konsistensi orang tua memiliki peran yang penting dalam mengurangi perilaku agresi (Hasanah, 2013). Dalam penelitian ini, orang tua bersikap kooperatif dan terbuka dengan intervensi yang diberikan, hal tersebut terbukti mendukung kelancaran pemberian intervensi pada subjek yang akhirnya bisa menurunkan frekuensi perilaku agresi.

KESIMPULAN

Intervensi behavioral menggunakan teknik token ekonomi terbukti efektif untuk mengurangi perilaku agresi pada anak. Keberhasilan intervensi ini diduga kuat karena adanya sikap kooperatif dari orang tua, adanya pendalaman hal yang disukai subjek sehingga mampu memilih reward yang tepat serta intervensi yang dilakukan tidak hanya kepada anak melainkan juga kepada kedua orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

- Carnett, A., Raulston, T., Lang, R., Tostanoski, A., Lee, A., Sigafoos, J., & Machalicek, W. (2014). Effects of a Perseverative Interest-Based Token Economy on Challenging and On-Task Behavior in a Child with Autism. *Journal of Behavioral Education*. 23(3). 368–377. Retrieved from <https://doi.org/10.1007/s10864-014-9195-7>
- Handayani, R., Purbasari, I., & Setiawan, D. (2020). Tipe-Tipe Pola Asuh Dalam Pendidikan Keluarga. *Refleksi Edukatika : Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 11(1), 16-23. Retrieved from <https://doi.org/10.24176/re.v11i1.4223>
- Handayani, D., & Hidayah, N. (2014). Pengaruh Token Ekonomi Untuk Mengurangi Agresivitas Pada Siswa TK. *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi*. 2(2). 44–52. Retrieved from <http://journal.uad.ac.id/index.php/EMPATHY/article/view/3015>
- Handayani, D. S., Sulastri, Anisa., Mariha, Tri., Nurhaeni, Nani. (2017). Penyimpangan Tumbuh Kembang pada Anak dari Orang Tua yang Bekerja. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. 2(1). 48-55. Retrieved from <http://jki.ui.ac.id/index.php/jki/article/view/439/581>
- Haryani, Retno Ika., Dimiyati., Fauziah, Puji Yanti. (2022). Peranan Pengasuhan Kakek dan Nenek terhadap Perilaku Prososial Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi*. 6(1). Retrieved from <https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/view/1023>
- Hasanah, Nur. (2013). Terapi token Ekonomi untuk Mengubah Perilaku lekat di Sekolah. *Humanitas*. 10(1). 1-11. Retrieved From <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=176691&val=5536&title=TERAPI%20TOKEN%20EKONOMI%20UNTUK%20MENGUBAH%20PERILAKU%20LEKAT%20DI%20SEKOLAH>
- Nadhirah, Yahdini Firda. (2017). Perilaku Agresi pada Anak Usia Dini. *As-Sibyan*. 2(2). 141-154. Sumber : <http://103.20.188.221/index.php/assibyan/article/view/1345>
- Ludolph AG, Roessner V, Münchau A, Müller-Vahl K. Tourette syndrome and other tic disorders in childhood, adolescence and adulthood. *Dtsch Arztebl Int*. 109(48). 821-288. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3523260/>
- Mufidah, Umri. (2012). Efektivitas Pemberian Reward Melalui Metode Token Ekonomi untuk Meningkatkan Kedisiplinan Anak Usia Dini. *Journal of Early Childhood Education Papers*. 1(1). 1-5. Retrieved from <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/belia>

- Nurmalita, Femmi. (2015). Perkembangan Sosial Emosi pada Anak Usia Prasekolah. *BULETIN PSIKOLOGI*. 23(2). 103-111. Retrieved from <https://journal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/view/10567/7946>
- Pramitha, Tirtayani, & Putra, M. (2018). Pengaruh Instruksi Efektif Disertai Pemberian Token Terhadap Perilaku Hiperaktif Anak. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*. 6(1). 43–53. DOI : <https://doi.org/10.23887/paud.v6i1.15081>
- Utami, Ria Rizki. 2020. Behavioral Therapy Untuk Mengurangi Perilaku Agresi Fisik Pada Anak. *PROCEDIA*. 8(2). DOI : 10.22219/procedia.v8i2.13424
- Widiasari, Yuki., Pujiati, Desi. (2016). Modifikasi Perilaku Pada Anak Usia Dini. *PsychoIdea*. 14(1). 1-11. Retrieved from <http://www.jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/PSYCHOIDEA/article/view/1571>