

EFEKTIVITAS EKONOMI TOKEN DALAM MEMPERBAIKI POLA MAKAN PADA ANAK RETARDASI MENTAL

Aswina Mayang Safitri, Herlan Pratikto

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Indonesia

Email: pix.velvet@gmail.com

Submitted: 2020-06-22

Published: 2021-02-04

DOI: 10.24036/rapun.v11i2.109053

Accepted: 2020-11-17

Abstract: *The efectivity of token economic to improving dieting patterns in mental retardated children. Mental retardation is one factor that affects the lack of cognitive abilities of individuals in learning and understanding learning or understanding commands given. People with mental retadation needs more help in learning, repetition, and double attention than childs at their age. This research method was qualitative, the type was single-subject experiment, and the client was a 9.3-year-old girl with an IQ of 64. The data collection used by researchers in this study was the interview method (autoanamnesa and alloanamnesa), observing the subject's behavior at home, when she was playing and learning. An economic token as the type of intervention used, tried to help improve the eating patterns of subjects who were previously less organized. The token used in the form of color paper was affixed to the subject's daily journal if it has performed the assigned task. The intervention was carried out within 14 (days, divided into two sessions. Calculation of total tokens to got the reward in a week, and the minimum value is eighteen tokens, and prizes agreed upon in the form of a large picture book. The results showed a change in client behavior from before and after the intervention given.*

Keywords: *mental retardation, token economy, behaviour, reward*

Abstrak: **Efektivitas ekonomi token dalam memperbaiki pola makan pada anak retardasi mental.** Retardasi mental merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kurangnya kemampuan kognitif individu dalam mempelajari dan memahami pembelajaran atau memahami perintah yang diberikan. Seseorang dengan retardasi mental membutuhkan bantuan dalam belajar, pengulangan, serta perhatian yang lebih banyak dibandingkan anak seusianya. Metode penelitian ini adalah kualitatif, jenisnya *single-subject experiment*, dan klien adalah anak perempuan berusia 9.3 tahun dengan IQ 64. Pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah metode wawancara (autoanamnesa dan alloanamnesa), mengobservasi perilaku subjek saat di rumah, di panti, bermain, dan belajar. Ekonomi token sebagai jenis intervensi yang diberikan, berupaya membantu memperbaiki pola makan subjek yang sebelumnya kurang teratur. Token yang digunakan berupa kertas warna yang ditempelkan dalam jurnal harian subjek apabila telah melakukan tugas yang diberikan. Intervensi dilakukan dalam waktu 14 hari, dengan dibagi menjadi dua sesi. Perhitungan total token untuk mendapatkan reward dalam seminggu, dan nilai minimalnya adalah delapan belas token, dan hadiah yang disepakati bersama berupa buku gambar besar. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan perilaku klien dari sebelum dan setelah diberikan intervensi.

Kata kunci: retardasi mental, ekonomi token, perilaku, hadiah

PENDAHULUAN

Retardasi mental (dalam Ramayumi dan Nurhajjah, 2014) merupakan suatu hendaya individu yang dicirikan dengan keterbatasan signifikan dalam fungsi intelektual dan perilaku untuk penyesuaian diri yang diekspresikan dalam sosial, kemampuan beradaptasi, dan konseptual diri. American Association of Mental Retardation (2002) menjelaskan, seseorang yang menderita gangguan retardasi mental mulai terlihat pada usia sebelum 18 tahun, dengan karakteristik khususnya adalah fungsi intelektual lebih rendah dari rata-rata (IQ di bawah 70-75).

Definisi retardasi mental yang digunakan di Indonesia adalah mengikuti Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa (PPDGJ) III yang dibuat oleh Maslim (2013), yaitu suatu keadaan perkembangan jiwa yang terhenti atau tak lengkap, terutama ditandai oleh adanya ketidakmampuan di berbagai aspek keterampilan selama masa pertumbuhan dan perkembangan. Hendaya keterampilan ini berpengaruh pada tingkat kecerdasan secara menyeluruh. Banyaknya penderita retardasi mental satu sampai tiga persen dari populasi umum. Kasus retardasi mental sekitar 1.5 kali lebih rendah ditemukan pada anak perempuan dibandingkan dengan lelaki, di mana kejadian tertinggi pada masa anak sekolah dengan

puncak usia 6 sampai 17 tahun (Maslim, 2013).

Hasil analisis dari Global Burden of Disease tahun 2004 dalam Kemenkes RI (2014), didapatkan bahwa 15.3 persen populasi dunia mengalami disabilitas sedang, dan 2.9 persen mengalami disabilitas parah. Pada populasi usia 0-14 tahun prevalensinya berturut-turut adalah 5.1 persen dan 0,7 persen. Sedangkan pada populasi usia 15 tahun atau lebih, sebesar 19.4 persen dan 3.8 persen. Populasi penyandang disabilitas di Indonesia menurut Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2012 adalah sebesar 2.45 persen (6.515.500 jiwa) dari 244.919.000 estimasi jumlah penduduk Indonesia dan retardasi mental termasuk di dalamnya. Terjadi peningkatan prevalensi disabilitas termasuk retardasi mental pada tahun 2003 sampai 2006 yaitu dari 0.69 persen menjadi 1.38 persen, kemudian tahun 2009 sampai 2012 yaitu dari 0.92 persen menjadi 2,45 persen dari total jumlah penduduk di Indonesia (Pratiwi dkk, 2017).

Retardasi mental (RM) mempunyai empat jenis, yakni tataran berat memiliki rentang IQ 20–25 sampai 35–40 umumnya bisa berjalan tapi mempunyai kekurangan yang spesifik, pada taraf RM ini dapat memberikan respons dan mengerti pembicaraan, tetapi tak ada kemajuan di kemampuan aritmetika dan membaca. Taraf sedang memiliki tingkat IQ

35–40 sampai 50–55 biasanya bisa mempelajari komunikasi simpel, keterampilan tangan yang sederhana, dasar-dasar perawatan diri, pada tingkatan ini anak tetap dapat dilatih dan dibimbing agar bisa berperan di dalam lingkungan sosial. Sementara untuk tataran ringan memiliki rentang IQ 50–55 sampai sekitar 70, mereka memiliki kemampuan membaca dan aritmatika sampai kelas 3–6 SD (Lisnawati dkk, 2014). Orang yang didiagnosa retardasi mental ringan diklasifikasikan sebagai individu *educable* (bisa dididik). Anak mengalami gangguan berbahasa tapi masih bisa menguasainya untuk kebutuhan berkomunikasi sehari-hari maupun untuk interviu klinis. Umumnya mereka juga dapat mengurus dirinya sendiri secara mandiri (memakai baju, makan, mandi, mengontrol saluran cerna dan kandung kemih), meskipun tingkat perkembangan mereka agak lebih lambat dari orang normal. Promblema utama biasanya menyangkut pekerjaan tugas sekolah, dan banyak yang bermasalah dalam menulis dan membaca. Untuk konteks sosiobudaya yang memerlukan sedikit kemampuan akademik, individu dengan RM tak ada kendala berarti. Namun apabila ternyata muncul masalah dalam aspek sosial dan emosional, maka akan terlihat bahwa mereka mengalami kesulitan, contohnya tak bisa menguasai problema pernikahan atau

parenting, bisa juga sulit untuk menyesuaikan diri dengan budaya serta tradisinya (Sularyo dkk, 2000). Oleh sebab itu, proses pembelajaran akan lebih difokuskan pada kegiatan melatih individu RM ringan ini dalam mengelola keterampilan yang memungkinkan mereka untuk mampu beradaptasi di lingkungan sosialnya. Batas kemampuan anak merupakan kesesuaian yang mutlak dalam memberikan program pelatihan khusus, jangan sampai melebihi atau di bawah potensi asli mereka (Lisnawati dkk, 2014).

Lebih jelasnya, gambaran subjek dalam kasus ini merupakan anak berusia sembilan tahun lebih, tetapi kemampuan yang dimilikinya, entah itu dalam akademis dan non-akademis, tidak seperti anak-anak seusianya. Murid kelas 2 SD, beragama islam, suku Jawa, anak pertama dari dua bersaudara. Ia belum bisa berbicara dengan lancar, membutuhkan bantuan yang lebih banyak dalam mengerjakan tugas sekolahnya, dan cenderung tertutup. Artikulasinya (pengucapan) tidak terdengar jelas, suaranya yang kecil semakin menyulitkan orang lain untuk memahami apa yang dia katakan. Ketika ditanya tentang hal yang mudah saja, anak sering melihat ke arah neneknya – mungkin bermaksud meminta bantuan, atau mengonfirmasi apakah boleh memberikan jawaban. Kemampuan anak di bidang

akademisnya sangat tertinggal, bahkan dia pernah sengaja tidak dinaikkan ke jenjang kelas berikutnya karena pihak sekolah merasa subjek belum mampu dan akan semakin kesulitan kalau tetap dinaikkan kelas. Pada usia tiga tahun dia belum bisa berbicara, kemampuan berkomunikasi mulai membaik ketika ia masuk ke sekolah dasar.

Orang tua subjek bercerai saat subjek masih berusia kurang dari tiga tahun, dan semenjak itu pula diasuh oleh neneknya. Subjek tidak mengenali orang yang mengasuhnya sebagai nenek, jadi ia memanggilnya dengan sebutan Ibu. Ayahnya sudah menikah lagi dengan seorang wanita berdarah Cina, dan ibunya dikabarkan baru akan menikah lagi. Ayahnya tetap tinggal di Surabaya, bahkan rumahnya masih di sekitaran daerah Sukolilo, sementara ibunya bersama dengan adik laki-laknya tinggal di daerah pinggiran kota Surabaya. Bisa dikatakan klien sangat tidak diperhatikan oleh kedua orang tuanya, bahkan mereka pun tak akan menjenguk sangat jarang menjenguk si anak. Hal ini jugalah yang membuat orang lain merasa wajar kalau anak menunjukkan kekurangan di berbagai hal, termasuk seringnya ia sakit-sakitan. Dari informasi yang didapat, ibu klien juga menunjukkan ciri yang sama dengan klien, di mana dari ekspresi wajahnya tampak seperti apa yang orang-orang bilang dengan lola (*lambat loading*, telat mikir, dan bego).

Sekitar empat tahun yang lalu subjek pernah tinggal bersama ayah dan ibu tirinya. Akan tetapi, karena merasa tidak nyaman tinggal dengan orang tuanya, klien sering menangis dan mencari-cari neneknya. Saat dijemput kembali oleh sang nenek, wanita paruh baya itu mengaku menemukan adanya bekas luka pukulan (*lebam*) di kaki Fai. Dan sejak saat itu pula, setiap ditawarkan untuk tinggal dengan ayah atau ibu kandungnya sendiri, si anak pasti akan memilih untuk tetap bersama neneknya. Hal inilah yang memiliki kemungkinan besar dalam mempengaruhi perkembangan psikologis klien. Ibunya sangat jarang mengunjungi klien, sedangkan ayahnya bersikap tak peduli karena bunda (*ibu tiri*) tidak menyukai subjek. Neneknya pun tidak bisa memberikan perhatian yang optimal dan ideal kepada subjek, disamping usianya yang sudah dia atas lima puluh tahun, memiliki penyakit yang membuatnya harus mengonsumsi obat dan berefek samping tubuhnya menggemuk, kesibukkan di panti asuhan, dan cukup temperamental (*gampang marah*), membuat sang nenek sering memarahi dan memukul klien ketika si anak mulai bertingkah. Selain itu, neneknya juga mengaku tak bisa terlalu sabar dalam mengajari subjek pelajaran, neneknya itu akan cepat kesal saat subjek tidak memahami pelajaran yang dijelaskan. Neneknya mengetahui kekurangan klien dalam

pelajaran, hal inilah yang menyebabkannya menyetujui si anak untuk tidak dinaikkan kelas. Akan tetapi, ia kurang memahami kondisi klien yang sebenarnya sehingga hal itu dianggapnya wajar bagi seorang anak yang tidak mendapatkan perhatian dari kedua orang tuanya. Oleh sebab itu, ketika ditanya masalah yang dikeluhkan, jawaban yang didapat hanya masalah kemampuan berbicaranya saja. Kendati sudah berusaha membantu memperbaiki kemampuan akademis subjek dengan mengikuti les, ternyata hal itu tak cukup membantu.

Sementara keterangan dari ibu panti asuhan, masalah yang dimiliki subjek bukan hanya dari berbicaranya saja. Ada beberapa kejadian yang membuatnya merasa kesal pada subjek, yaitu ketika diberikan perintah dan dia melakukannya berbeda dari apa yang dikatakan – ini pernah menimbulkan permasalahan baru. Ia masih bisa bersosialisasi dengan orang lain, tetapi harusnya yang sudah dikenalnya, maka saat bertemu dengan orang yang baru subjek akan sangat pendiam. Walau pun bisa mengerjakan pekerjaan ringan seperti menyapu, cuci piring, memakai pakaian, ia harus selalu disuruh terlebih dahulu. Akan tetapi, waktu diberikan perintah yang rumit atau bertingkat (pertama lakukan ini, kedua itu, ketika ini dan itu), subjek akan kebingungan sendiri, lalu mengerjakan tugas yang tidak sesuai dengan

perintah. Ia tampak sulit memahami apa yang harus ia lakukan apabila tidak ada rincian dan bantuan dari orang lain, seperti ketika mengerjakan tugas di sekolah. Alih-alih menjawab isi pertanyaan, ia akan kembali menuliskan kalimat tanya di buku tulisnya.

Di sekolah anak memang sangat pasif, wali kelasnya mengatakan bahwa subjek tidak pernah berusaha untuk menunjukkan bahwa ia ada di situ. Pendiam, berteman dengan orang yang itu-itu saja, dan hanya bisa memahami tugas yang memiliki contoh kongkret. Seperti ketika diminta menggambar kubus, subjek baru bisa mengerti ketika dijelaskan menggambar kotak, padahal pelajaran tentang bangun ruang (lingkaran, segitiga, persegi panjang) sudah didapatnya dari kelas satu. Selain itu, subjek yang terlalu pendiam jarang bertanya kepada gurunya apabila tidak memahami pelajaran atau mengalami kesulitan. Ia pun mempunyai rasa percaya diri yang rendah, inilah yang membuat anak semakin enggan berbicara dengan teman-temannya, karena malu suaranya kecil dan pengucapannya kurang jelas. Wali kelasnya, mengatakan bahwa klien seharusnya dimasukkan dalam sekolah khusus yang memberikan perhatian sesuai kebutuhan anak. Sebab untuk mengajari subjek memang dibutuhkan kesabaran, waktu, dan perhatian yang lebih banyak dari anak-anak normal seusianya.

Berdasarkan pengambilan data dari hasil wawancara, observasi, dan alat tes psikologi. Mendapati bahwa subjek merupakan anak retardasi mental ringan dengan skor IQ 64. Terlepas dari berbagai kekurangannya di bidang akademis, salah satu permasalahan yang menjadi perhatian adalah, pola makan subjek yang tidak teratur dan porsi-porsinya pun sedikit. Hal ini menyebabkan tubuhnya kurus, dan sering kali terserang penyakit seperti demam, flu, dan batuk. Oleh sebab itu, teknik ekonomi token digunakan untuk membantu memperbaiki pola makan subjek, yang mana reward-nya telah dibicarakan terlebih dahulu dengan subjek – dikarenakan subjek menyukai kegiatan menggambar, maka anak setuju buku gambar besar dijadikan hadiah. Ayllon (1999) menjelaskan bahwa ekonomi token merupakan suatu bentuk modifikasi perilaku yang disusun untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan dan mengurangi perilaku yang tidak diharapkan dengan memakai token atau koin. Individu yang menjadi target modifikasi perilaku akan mendapatkan token dengan secepatnya sesuai memperlihatkan perilaku yang diinginkan, dan sebaliknya akan token yang telah diterima akan dikurangi saat menampilkan perilaku yang tak diharapkan.

Token-token ini dikumpulkan dan kemudian dalam jangka waktu tertentu dapat ditukarkan dengan hadiah atau sesuatu yang mempunyai

makna. Secara singkatnya, menurut Garry (1999) Ekonomi token merupakan suatu sistem penguatan terhadap perilaku yang hendak diubah dan dikelola, individu harus diberikan hadiah sebagai *reinforcement* agar termotivasi mengurangi atau meningkatkan perilaku yang diharapkan. Ekonomi token memiliki tujuan utama, yaitu menaikkan intensitas perilaku yang baik (diinginkan) dan menurunkan perilaku tak diharapkan (Miltenberger, 2001).

Untuk studi ini, token yang diaplikasikan adalah kertas warna yang nantinya ditempel pada jadwal makan per hari anak. Dilakukan selama dua minggu, dan pemberian reward setiap satu minggu mulai dari tugas diberikan. Jumlah perilaku minimal agar dapat menerima hadiah adalah 18 token. Tujuan dari pemberian token ekonomi sendiri adalah agar dapat memperbaiki pola makan subjek.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain satu kasus (*single case design*) yang merupakan sebuah desain penelitian dengan pendekatan kualitatif untuk mengevaluasi kasus tunggal mengenai suatu efek perlakuan yang diberikan. Menurut Phares, (dalam Mihmidaty, 2019), menjelaskan bahwa desain satu kasus merupakan perwujudan dari *behavioral approach* (pendekatan perilaku) yang mengutamakan pengukuran perilaku

nyata seperti yang dianjurkan dalam belajar operan. Desain penelitian yang digunakan dalam *single case design* (desain kasus tunggal) yaitu menggunakan format A-B-A, maka fase pertama yaitu tahap baseline (A) yaitu menentukan target di mana tahap awal dalam intervensi sebagai aspek perilaku yang akan diintervensi. Kemudian, fase kedua tahap intervensi (B) yaitu, pemberian *treatment* yang mana penerapan teknik intervensi dilakukan. Setelah diberikan perlakuan, fase terakhir yaitu tahap baseline (A) evaluasi yang merupakan tindak lanjut dari teknik intervensi. Tahap evaluasi ini bertujuan mengetahui apakah klien mampu mempertahankan perilaku yang telah diintervensi dengan baik. Subjek penelitian adalah anak perempuan berusia 9.3 tahun, dengan IQ 64, dan saat ini mengenyam pendidikan sekolah dasar kelas dua. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dengan metode interviu (*alloanamnesa* dan *autoanamnesa*), mengobservasi perilaku subjek saat di rumah, di panti, bermain, dan belajar. Tes-tes psikologi yang diberikan adalah CPM untuk mengetahui tingkat intelegensi klien, *bender gestalt* guna mendapatkan usia mentalnya, dan *grafis* (BAUM, DAP, HTP) untuk mendapatkan gambaran mengenai kondisi psikologis klien. Jenis intervensi yang diberikan adalah teknik ekonomi token, dan

setelah seminggu berlalu dari masa pemberitan intervensi, peneliti akan melakukan pengumpulan data dengan cara menjumlahkan total token yang diperoleh subjek.

Telah dijelaskan di atas bahwa penelitian ini menggunakan ekonomi token sebagai indikator modifikasi perilaku. Oleh sebab itu, instrumen dalam penelitian ini fokus pada cara pengaplikasiannya. Di bawah ini akan dijelaskan mulai dari penentuan kriteria sampai prosudurnya. Ada beberapa alasan yang mendukung penggunaan ekonomi token dalam kasus ini.

1. Kemampuan intelegensi anak masuk dalam kategori retardasi mental ringan, artinya masih bisa dididik dan mampu dilatih.
2. Klien menunjukkan adanya motivasi untuk berusaha saat dijanjikan reward.
3. Dukungan dari *significant other*.

Dalam implementasi ekonomi token, pertama-tama peneliti melakukan analisis ABC (A = faktor pencetus, B = tingkah laku, C = konsekuensi). Kedua, pratikan menentukan garis basal perilaku klien.

Tabel 1. Analisis ABC

A	B	C
Pola makan klien tidak menentu, dan porsinya sangat sedikit.	Gizi yang kurang memadai tampak terlihat jelas pada kurusnya tubuh klien. Itu pula yang menjadi salah satu pemicu tubuhnya gampang sakit.	Tubuhnya kurus, gizi tidak seimbang, dan jadi mudah terserang penyakit semacam flu.

Ada pun prosedurnya dijelaskan sebagai berikut:

1. Pemilihan token. Dalam penelitian ini tokennya adalah kertas warna. Sekaligus menerangkan bahwa ada nilai minimal yang harus dicapai klien untuk mendapatkan hadiah.
2. Menjelaskan pada *significant other* dan klien apa yang harus dilakukan.
3. Setelah melakukan kegiatan yang diharapkan, klien boleh mengisi jurnal dengan menempelkan kertas warna.

4. Memberikan motivasi dengan mengatakan *reward* apa yang akan didapatnya (buku gambar).
5. Sebelumnya telah dijelaskan kalau klien sebaiknya mengisi penuh jurnal harian yang dibuatkan, tetapi ada nilai minimal yang bisa dicapainya untuk mendapatkan hadiah.
6. Sistem perekaman data menggunakan jurnal mingguan yang mencatat jumlah makan dalam sehari. Penukaran token dilakukan setelah satu minggu dimulainya intervensi.

Studi ini pun menggunakan desain satu kasus (*single case design*) yang merupakan salah satu jenis pendekatan penelitian kualitatif. maka analisisnya akan dijelaskan dalam bentuk tabel maupun penjabaran hasil dari perlakuan (intervensi) yang diberikan. Sekaligus membandingkan antara sebelum dan sesudah penerapan ekonomi token diberikan, serta menjelaskan faktor-faktor apa saja yang dianggap menjadi mendukung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 2. Hasil Penelitian

Perilaku yang Diubah	Target Perilaku	Indikator Perilaku	Tingkat Keberhasilan						
			Hari 1 28-11- 19	Hari 2 29-11- 19	Hari 3 30-11- 19	Hari 4 01-12- 19	Hari 5 02-12- 19	Hari 6 03-12- 19	Hari 7 04-12- 19
Pola makan sehari-hari yang tidak beraturan, dan porsinya pun sedikit.	Makan tiga kali sehari dengan porsi yang lebih banyak	Makan Pagi	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		Makan Siang	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		Makan Malam	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		Tingkat Keberhasilan							
		Hari 8 28-11- 19	Hari 9 29-11- 19	Hari 10 30-11- 19	Hari 11 01-12- 19	Hari 12 02-12- 19	Hari 13 03-12- 19	Hari 14 04-12- 19	
		Makan Pagi	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
		Makan Siang	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
		Makan Malam	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
		Jumlah Keseluruhan			42				

Waktu	Agenda	Masa Intervensi	Target Monitoring	Jumlah Perilaku Minimal untuk Menerima Reward	Jumlah Perilaku yang Berhasil Dicapai Klien	Hadiah yang Didapat
Setiap satu minggu dari dimulai masa perlakuan diberikan. Tugas berikan selama dua minggu.	Subjek dapat menjalankan tugas rutin yang diberikan. Makan tiga kali sehari dengan porsi yang lebih banyak.	Dari tanggal 28-12-2019 sampai 04-12-2019.	Jadwal Harian Makan	18	21	Buku gambar besar
		Dari tanggal 28-12-2019 sampai 04-12-2019.	Jadwal Harian Makan	18	21	Buku gambar besar

Tabel 3. Inti Hasil

Sebelum	Sesudah
Pola makan klien berantakan dan porsinya pun sangat sedikit. Itu juga yang menyebabkan tubuh klien sangat kurus, dan sering sekali terkena penyakit semacam demam, pilek, dan batuk.	Klien mulai terbiasa makan tiga kali sehari dengan waktu yang lebih tertata: pagi (sebelum bernagkat sekolah), siang (setelah pulang sekolah), dan malam (sepulang dari mengaji tau les). Porsinya pun lebih banyak dari sebelumnya.

Berdasarkan hasil intervensi yang telah dilakukan, mendapati hasil bahwa klien mulai terbiasa makan teratur dan dengan porsi yang lebih banyak. Ketika ia merasa tidak bisa menghabiskan makanannya, significant other-nya akan memotivasinya untuk menghabiskan karena ada janji dengan pratikan yang harus ditepati. Sejauh ini tidak ada masalah yang

perlu dikhawatirkan dalam membiasakan klien dalam tugas ini.

Pada minggu kedua, tugas makan yang diberikan pun dipenuhi dengan baik, dari keterangan significant other kebiasaan makan subjek lebih baik dari sebelumnya. Pola makan anak jadi lebih tertata, dan porsinya pun lebih banyak dari sebelumnya – hal ini dilihat dari

klien yang bisa menghabiskan satu porsi sate yang belikan, sebab biasanya selalu ada sisanya. Dan karena sesuai dengan perjanjian sebelumnya, maka klien pun mendapatkan hadiah berupa buku gambar besar.

Penerapan teknik ekonomi token mampu membantu subjek dalam memperbaiki jadwal makan sekaligus porsinya lebih banyak dari sebelumnya. Hal ini tentunya dibantu oleh beberapa faktor pendukung seperti motivasi subjek yang baik sehingga konsisten melakukan tugas tersebut, dukungan dari significant other yang mengingatkan untuk mengikuti jadwal rutin makan, dan hubungan terapeutik yang baik antara pratikan dan subjek.

Pembahasan

Ekonomi token atau *reward* adalah suatu bentuk *positive reinforcement* (penguatan positif) yang merupakan salah satu bentuk variasi dari terapi behavioristik. Menurut Syah (dalam Muriyawati dkk, 2016) pengondisian operan merupakan dasar dari ekonomi token ini, yang mana dalam implementasinya berusaha memodifikasi perilaku melalui penguatan positif. Tanggapan stimulus dalam pengondisian operan terjadi dikarenakan efek yang ditimbulkan oleh penguat, bukan karena didahului oleh stimulus. Penguat yang dimaksud sebenarnya adalah stimulus yang bisa menaikkan probabilitas munculnya

beberapa respons tertentu (yang diinginkan). Reinforcer disebut sebagai penguatan sebab efek yang meningkatkan kemungkinan kalau suatu perilaku bakal dilakukan lagi, maka stimulus yang didukung (*rewarding*) akan mengikuti peningkatan jumlah frekuensi kemunculannya.

Dalam penelitian ini mendapati hasil bahwa ekonomi token dapat membantu subjek untuk mengikuti jadwal makan per hari (pagi, siang, malam), dan dengan porsi yang lebih banyak dari sebelum intervensi diberikan. Hal ini dikarenakan sistem token ekonomi yang menggunakan *reward* (hadiah) sebagai umpan yang memotivasi subjek untuk konsisten, selain itu juga hal yang penting mengingat subjek merupakan anak yang memiliki motivasi tinggi untuk melakukan sesuatu ketika dijanjikan sesuatu yang ia sukai – di penelitian ini hadiahnya adalah buku gambar.

Efektivitas ekonomi token terhadap gangguan perkembangan (khususnya retardasi mental) pun ada dalam penelitian Daengsari (2019) yang meneliti tentang teknik ekonomi token dan kontrol *antecedent* untuk meningkatkan lamanya perilaku belajar terhadap individu yang memiliki gangguan intelektual ringan. Dalam penelitian tersebut menemukan hasil kalau kedua teknik kombinasi itu ternyata cukup efektif dalam meningkatkan implikasi pada pengembangan abilitas pemahaman aspek konseptual, dan tentunya menaikkan durasi

belajar di rumah pada individu yang menderita MID (Daengsari, 2019).

Penelitian lain mengenai ekonomi token juga dilakukan oleh Farsandi dkk (2019), dengan hasil dari studi tersebut yaitu, klien telah mengalami perubahan semisal mulai bisa untuk

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kapasitas intelegensi orang memang berbeda-beda, pada anak normal selama diberikan stimulus yang memadai, mereka akan bisa menyesuaikan diri dengan tugas perkembangan maupun akademisnya. Namun, pada anak-anak yang memiliki masalah perkembangan seperti retardasi mental, memang membutuhkan lebih banyak perhatian serta bantuan ekstra agar mereka bisa mencapai taraf normal tertentu bagi anak seusianya. Dalam belajar mereka butuh lebih banyak pengulangan, menumbuhkan kebiasaan mudah pun harus dilakukan secara konsisten, maka bentuk intervensi yang dirasa cocok untuk membantu mereka adalah teknik ekonomi token – terutama apabila anak menunjukkan motivasi yang baik untuk berusaha saat diiming-imingi hadiah. Selain memodifikasi perilaku, hal ini juga mengembangkan rasa tanggung jawab dan memahami adanya hak yang bisa diterimanya. Pada studi kasus ini, klien

tidak memukul orang lain, mengurangi perilaku berteriak, dan mengikuti perintah yang diberikan. Namun, pada perilaku meminta maaf ketika berbuat kesalahan menemukan bahwa tak ada perubahan yang signifikan.

merupakan anak dengan gangguan retardasi mental ringan, di mana masih dalam kategori mampu dididik. Dari berbagai masalah yang dihadapinya, ketidakrutinan makan yang menyebabkan kesehatannya mudah terganggu (sakit-sakitan). Menaati jadwal makan per hari merupakan salah satu jenis tugas yang tergolong mampu ia lakukan tanpa terlalu banyak bantuan dari orang lain.

Saran

Untuk penelitian selanjutnya yang menggunakan token ekonomi, ada baiknya penelitian tersebut dilakukan lebih dari lamanya penelitian ini, agar hasil efektivitasnya dapat diketahui secara lebih mendetil. Dalam pemilihan subjek pun sebaiknya lebih dari pada satu, agar memiliki komprasi antar satu individu dengan lain yang memiliki karakteristik subjek yang sama, atau menggunakan jenis gangguan perkembangan anak yang berbeda.

DAFTAR RUJUKAN

- Ayllon, T. (1999). *How to use token economy and point systems*. 2nd Ed. Austin, Texas: Pro-Ed.
- American Association on Mental Retardation. (2002). *The AAMR definition of mental retardation*. Washington DC: AAMR. Diakses dari: www.AAMR.org (diunduh pada 10 Mei 2020).
- Daengsari, L. P. (2019). Efektivitas teknik antecedent control dan token economy dalam meningkatkan durasi perilaku belajar pada anak dengan gangguan intelektual taraf ringan. *Jurnal Psikogenesis*, 7(1), 84-95. doi: 10.24854/jps.v7i1.880
- Farisandy, E. D., & Hartanti. (2019). Efektivitas modifikasi perilaku pada anak dengan retardasi mental dan dbd (disruptive behavior disorder). *Motiva: Jurnal Psikologi 2019*, 2(2), 9-17. doi: 10.31293/mv.v2i2.4437
- Garry, M. (1999). *Behavior modification: what it is and how to do it*. 6th Ed. Upper Saddle River, New Jersey: Prantice-Hall.
- Lisnawati, L., Shahib, M., & Wijayanegara. (2014). Analisis keberhasilan terapi bermain terhadap perkembangan potensi kecerdasan anak retardasi mental sedang usia 7–12 tahun. *Majalah Kedokteran Bandung*, 46(2), 73-82. doi: 10.15395/mkb.v46n2.277
- Kementrian Kesehatan RI. 2014. *Situasi penyandang disabilitas*. Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan, Semester 2, 2014. ISSN: 2088-270X
- Maslim, R. (2013). *Buku saku diagnosis gangguan jiwa ppgdj iii*. Jakarta: Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa FK-Unika Atmajaya.
- Miltenberger, R. G. (2001). *Behavior modification: principles and procedures*. 2nd Ed. Belmont, California: Wadsworth Thomson Learning.
- Mihmidaty, G. (2019). *Terapi suportif untuk menurunkan depersonalisasi pada pasien skizofrenia hebefrenik di rsjrw lawang malang*. Prosiding Seminar Nasional and Call Paper Psikologi Sosial 2019 Psikologi Sosial Di Era Revolusi Industri 4.0: Peluang dan Tantangan Fakultas pendidikan Psikologi, 104-109. Diakses dari: wp-content/uploads/2019/07/Ghiyats-Mihmidaty.pdf
- Muriyawati, M., & Rohmah. (2016). Pengaruh pemberian token ekonomi terhadap motivasi belajar siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 2(2), 58-72. doi: 10.12928/jpsd.v3i1.5535
- Pratiwi, I. C., Handayani. O. K., & Raharjo. (2017). Kemampuan kognitif anak retardasi mental berdasarkan status gizi. *Public Health Perspective Journal*, 2(1), 19-25. Diakses dari: index.php/phpj/article/view/10994
- Ramayumi, R., Nurdin. A. E., & Nurhajjah. (2014). Karakteristik retardasi mental di slb bukittinggi. *Majalah Kedokteran Andalas*, 37(2), 181-186. doi: 10.22338/mka.v37.i3.p181-186.2014
- Sularyo, S., & Kadhim. (2000). Retardasi mental. *Sari Pediatri*, 2(3), 170-7. doi: 10.14238/sp2.3.2000.170-7