

Modifikasi Perilaku (Token Ekonomi) dan Konseling Keluarga Pada Anak Gangguan ADHD (*Attention Defisit Hyperactivity Disorders*)

Junita Sipahelut, Izac. A. Noya

Institut Agama Kristen Ambon, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:

Accepted: 29 May, 2024

Available online: January-June 2024

Keywords:

ADHD, Family Counseling, Token Economy



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

ABSTRACT

One of the developmental disorders in childhood is Attention Deficit Hyperactivity Disorders (ADHD), children with this disorder will find it difficult to maintain attention on tasks and are easily distracted by other stimuli outside of their task. This research aims to reduce the ADHD behavior subtype of inattention in the classroom, by using behavior modification techniques, namely token economics. Data collection techniques, observation, interviews and WISC personality tests and intelligence tests. The intervention consisted of one family counseling session and six behavior modification sessions. After the intervention was carried out, the subject's family understood the information conveyed by the therapist, and there were several changes in the subject's behavior. This is supported because the subject's mother was able to change her attitude towards the subject and there was moral support from the teacher at school so that there was a change in the attention of the ADHD subtype of inattention child in class.

PENDAHULUAN

Dewasa ini, banyak anak – anak yang mengalami gangguan perkembangan. Gangguan perkembangan ini disebabkan oleh bermacam-macam hal, antara lain faktor *pre* dan *pasca natal*, pola asuh orangtua, faktor genetik dan sebagainya. Salah satu gangguan perkembangan tersebut adalah *Attention deficit hyperactivity disorder* (ADHD), merupakan gangguan eksternalisasi berupa perilaku yang ada pada diri seseorang yang dapat berpengaruh pada orang lain¹. Munculnya gangguan ini membuat banyak para pakar psikologi dan psikiatri untuk mencari jalan keluar dari permasalahan ini. ADHD sering mengancam pada anak-anak yang berada pada usia sekolah dasar, dapat dilihat bahwa usia sekolah dasar merupakan usia dasar untuk anak-anak menuntut ilmu dan belajar bersosialisasi dengan lingkungan.²

Perilaku anak ADD yang cenderung seenaknya sendiri, seringkali menyebabkan ia mengalami kesulitan untuk menjalin hubungan interpersonal dengan orang lain, baik orangtua, teman sebaya atau lingkungan sekitarnya. Perilaku mereka ini sebenarnya tidak disadari sepenuhnya oleh si anak. Hal ini lebih disebabkan oleh faktor internal dimana ia tidak pernah berpikir panjang dan mudah beralih perhatiannya pada stimulus yang menariknya. Selain itu

¹ Jeffrey S Nevid et al., *Buku Psikologi Abnormal* (Jakarta: Erlangga, 2005, 2005), <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=133469>.

² S Nabila et al., “Seminar Nasional Psikologi Studi Kasus Anak Dengan Gangguan ADHD (*Attention Dificit Hyperactivity Disorder*) Yang Sedang Menjalani Terapi Di Pusat Layanan Disabilitas,” *Seminar Nasional Psikologi Universitas Ahmad Dahlan* (2022).

anak ADD cenderung tidak dapat mengendalikan diri sehingga membuatnya kelihatan tidak tahu norma-norma yang ada.³

Menurut Pentecost, ADD sering dikenali jika anak berperilaku buruk secara ekstrim dan konsisten. Orangtua menjadi was-was melihat bagaimana perilaku anak menyimpang dari perilaku anak-anak seusianya. Guru-guru melihat bagaimana perilakunya membuat mereka terpisah dari teman-teman sekelasnya. Anak dengan ADHD memperlihatkan beberapa tipe lain dari perilaku menyimpang. Akan tetapi, mereka mempunyai diagnosis yang sama, yaitu ADHD karena beberapa pola dasar yang sama terlihat pada perilaku mereka. Mengidentifikasi pola dasar ini membuat kita mengerti dan bisa melakukan perawatan. Perilaku yang mendasari ADHD dikelompokkan dalam dua bagian utama: kurang pemusatan perhatian dan impulsif. Pada anak dengan ADHD kedua ciri ini kadar campurannya berbeda pada setiap anak. Di mana kurang pemusatan perhatian adalah kurangnya kemampuan anak-anak itu dalam pemusatan perhatian. Mereka akan lebih mudah terganggu dibandingkan anak-anak lain di dalam kelas dan dipenitipan anak. Mereka sama sekali tidak berkonsentrasi pada tugas-tugasnya dibandingkan anak lainnya. Akibatnya, potensi sekolah mereka dan mengganggu anak-anak lain. Sedangkan *Impulsivita* adalah anak seolah-olah tidak bisa mendengar apa yang disampaikan oleh orang lain.⁴

Selain permasalahan pembelajaran, anak ADHD juga mengalami permasalahan dalam hal sosialisasinya. Lingkungan sekitarnya memberi cap “anak nakal” karena anak ADHD seringkali kesulitan untuk mematuhi instruksi orang lain. Kesulitan ini merupakan salah satu akibat dari ketidakmampuan anak untuk memberikan perhatian dengan baik pada situasi yang dihadapinya. Seringkali lingkungan tidak mau melihat secara keseluruhan perilaku yang ditunjukkan oleh penyandang ADHD. Orangtua memarahi karena anak sangat nakal dan sikap guru yang memberi cap “bodoh”, malas dan suka berbuat onar pada anak ADHD dapat membuat gangguan ADHD ini menjadi semakin kompleks.⁵ Secara garis besar anak ADHD seringkali mengalami gangguan dalam proses pembelajaran dan sosialisasi dengan orang lain karena kurang bisa fokus pada apa yang sedang dikerjakannya, oleh sebab itu diperlukan metode-metode yang tepat untuk mengurangi perilaku yang tidak baik menjadi baik.

³ Dobson, J. *Anak Hiperaktif*. Yogyakarta. ANDI Offset. 2005.

⁴ David Pentecost. 2004, *Menjadi Orang Tua Anak ADD, Strategi Praktis Mengatasi Masalah Perilaku Anak ADD*. Jakarta: Dian Rakyat.

⁵ Dobson, J. *Anak Hiperaktif*. Yogyakarta. ANDI Offset. 2005.

Token ekonomi merupakan bagian dari terapi perilaku yang bertujuan menghilangkan kebiasaan atau sikap maladaptif dan menggantikannya dengan pola perilaku yang baru dengan menggunakan token/tanda⁶. Token ekonomi adalah penerapan *operant conditioning* dengan mengganti hadiah langsung dengan sesuatu yang dapat ditukarkan kemudian⁷. Penelitian yang dilakukan Christopher dan McLaughli,⁸ menunjukkan bahwa penerapan token ekonomi dapat menurunkan perilaku yang tidak pantas di kelas dan meningkatkan kinerja akademik⁹. Penelitian yang dilakukan Mulyani, menyimpulkan bahwa penerapan teknik token ekonomi dapat meningkatkan perhatian dalam mengerjakan tugas pada anak ADHD. Dengan adanya hadiah, perilaku akan terus berulang¹⁰. Penguatan/token yang langsung diberikan, disukai dan menarik akan membuat anak termotivasi untuk melakukan kembali perilaku yang diinginkan, meningkatkan kebiasaan sehingga perilaku yang diharapkan akan terpelihara. Reward yang diberikan secara jelas dan sering merupakan cara yang paling efektif untuk menolong anak agar berubah¹¹. Pada penelitian ini peneliti memilih metode modifikasi perilaku dengan menggunakan teknik token ekonomi untuk menurunkan perilaku yang tidak menyenangkan yaitu permasalahan impulsitas dan gangguan pemusatan ADHD di sekolah dan di rumah.

METODE PENELITIAN

Intervensi terhadap subjek dilakukan dengan menggunakan metode modifikasi perilaku dengan teknik token ekonomi. Sementara, teknik konseling dilakukan terhadap orang tua dan guru.

Jadwal dan Tempat Intervensi

Intervensi bagi subjek dilakukan selama 1 bulan pada hari sekolah dengan jumlah sesi pertemuan sebanyak 6 sesi. Sedangkan intervensi bagi orang tua disesuaikan dengan waktu yang ada dan bagi guru diberikan saat anak-anak sudah pulang sekolah.

Pelaksanaan Intervensi

Intervensi yang sudah dilakukan adalah sesi 1 yaitu konseling dengan orang tua subjek dan sesi 2 yaitu konseling dengan guru subjek yang akan membantu memberikan token yang

⁶ Kaplan, Harold. Sinopsis Psikiatri. 2007

⁷ Mulyono, Rachmad. (2007). Menangani Anak Hiperaktif. Edisi kedua. Jakarta: Studia Press.

⁸ Barkley. 2006. Handbook Attention Deficit Hyperactivity Disorder; Third Edition. London: The Guilford Press.

⁹ Ibid

¹⁰ Ibid

¹¹ David Pentecost. 2004, Menjadi Orang Tua Anak ADD, *Strategi Praktis Mengatasi Masalah Perilaku Anak ADD*. Jakarta: Dian Rakyat.

digunakan. Sedangkan untuk sesi 3 sampai 6 adalah sesi pelaksanaan token ekonomi sampai evaluasi token.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Intervensi Yang Diberikan

Pada kasus ini, intervensi yang diberikan yaitu:

1. Subjek diberikan token ekonomi dengan tujuan untuk mengurangi perilaku subjek.
2. Orang tua diberikan konseling agar orang tua dapat memahami bagaimana penanganan subjek di rumah.
3. Guru diberikan konseling dan pelaksanaan prosedur token ekonomi agar guru dapat memahami dan mengetahui bagaimana menghadapi perilaku subjek di sekolah. Adapun prosedur pelaksanaan intervensi dalam rangka untuk membantu mengurangi perilaku yang kurang baik menjadi baik di rumah maupun di sekolah.

Fokus Intervensi

1. Subjek

- a) Merubah perilaku tidak memperhatikan guru pada saat memberikan pelajaran di kelas.
- b) Merubah perilaku tidak dapat duduk dengan tenang.
- c) Merubah perilaku tidak bisa menyelesaikan tugas di kelas sampai tuntas.
- d) Merubah perilaku tidak menangis di dalam kelas.

2. Orang tua

- a) Memberikan informasi tentang keterlibatan orang tua terhadap keberhasilan perubahan perilaku anak.
- b) Memberikan informasi bagaimana cara menghadapi subjek di rumah.

3. Guru

- a) Memberikan informasi tentang bagaimana cara pelaksanaan token ekonomi terhadap subjek.
- b) Memberikan informasi bagaimana cara menangani subjek di sekolah.

Target Interevensi

1. Subjek

- a) Memperhatikan guru menyampaikan materi pelajaran (dalam rentang waktu 10-15 menit).

- b) Mampu bertahan duduk di tempat duduknya saat mengikuti proses pembelajaran di kelas.
- c) Mampu menyelesaikan tugas di kelas sampai tuntas.
- d) Mampu mengolah emosi (nangis) pada saat di sekolah (dalam waktu 3 hari berturut-turut selama di sekolah).

2. Orang tua

Mengetahui teknik-teknik latihan pendidikan dan modifikasi perilaku terhadap anak ADHD.

3. Guru

Mengetahui cara melakukan prosedur token ekonomi terhadap subjek.

Tabel 1. Intervensi Yang Diberikan

Intervensi yang diberikan	Target perilaku	Hasil		Keterangan
		Sebelum Intervensi	Setelah Intervensi	
1.Subjek Diberikan modifikasi perilaku dengan teknik token ekonomi	a. Mampu memperhatikan guru menerangkan (10-15 menit)	a.R tidak mampu memusatkan perhatian saat guru menerangkan.	a. R sudah mampu memusatkan perhatiannya saat guru menjelaskan pelajaran.(selama 1 jam pelajaran)	
	b. Duduk diam dan tenang saat berada di kelas	b.R tidak dapat duduk tenang saat berada di kelas	b. R juga mampu duduk diam dan tenang.(tidak ngomong sendiri dan sibuk menggambar)	
	c. Dapat mengerjakan tugas yang diberikan guru hingga selesai	c.R tidak mengerjakan tugas yang diberikan sampai selesai.	c. R sudah mulai mengerjakan tugas-tugas yang diberikan.(selalu mengerjakan dan	
		d.R Sering Menjerit-jerit dan menangis di kelas	tugas yang diberikan.(selalu mengerjakan dan	

	d. Tidak Berteriak-teriak dan menjerit-jerit		membawa buku tugas) d. R sudah dapat mengurangi perilaku menjerit-jerit dan menangis. (dalam jangka waktu 3 hari)	
1.Orang tua Diberika konseling	a. Mengetahui dan melaksanakan perannya sebagai orang tua guna mendukung perubahan perilaku R.	a.Kedua orang tua Kurang memberikan perhatian yang serius terhadap perkembangan belajar R	a.Pola asuh yang diberikan pada R belum banyak perubahan(Ayah R masih sibuk bekerja)	
	b. Mengetahui dan melaksanakan perannya sebagai orang tua dalam mendukung R mencapai prestasi yang lebih baik.	b.Baik ibu maupun ayah tidak merasa bahwa apa yang dialami oleh R adalah hal yang serius	b.Ibu sudah mulai memperhatikan R (mendampingi R pada saat belajar di rumah dan pada saat melakukan kegiatan yang lainnya)	
2.Guru Diberikan konseling	a. Dapat mengerti tentang pelaksanaan intervensi bagi subjek.	a. Guru terlihat belum paham soal teknik intervensi yang akan diberikan pada subjek. b. Guru memperlakukan	a. Guru mampu membantu praktikan di dalam pemberian token	

	b. Bagaimana memperlakukan subjek saat proses belajar mengajar berlangsung	R sama dengan siswa lainnya di dalam kelas.	b. Guru mulai memberikan perhatian yang lebih lagi pada R seperti menanyakan sampai dimana tugas yang sudah dikerjakan	
--	--	---	--	--

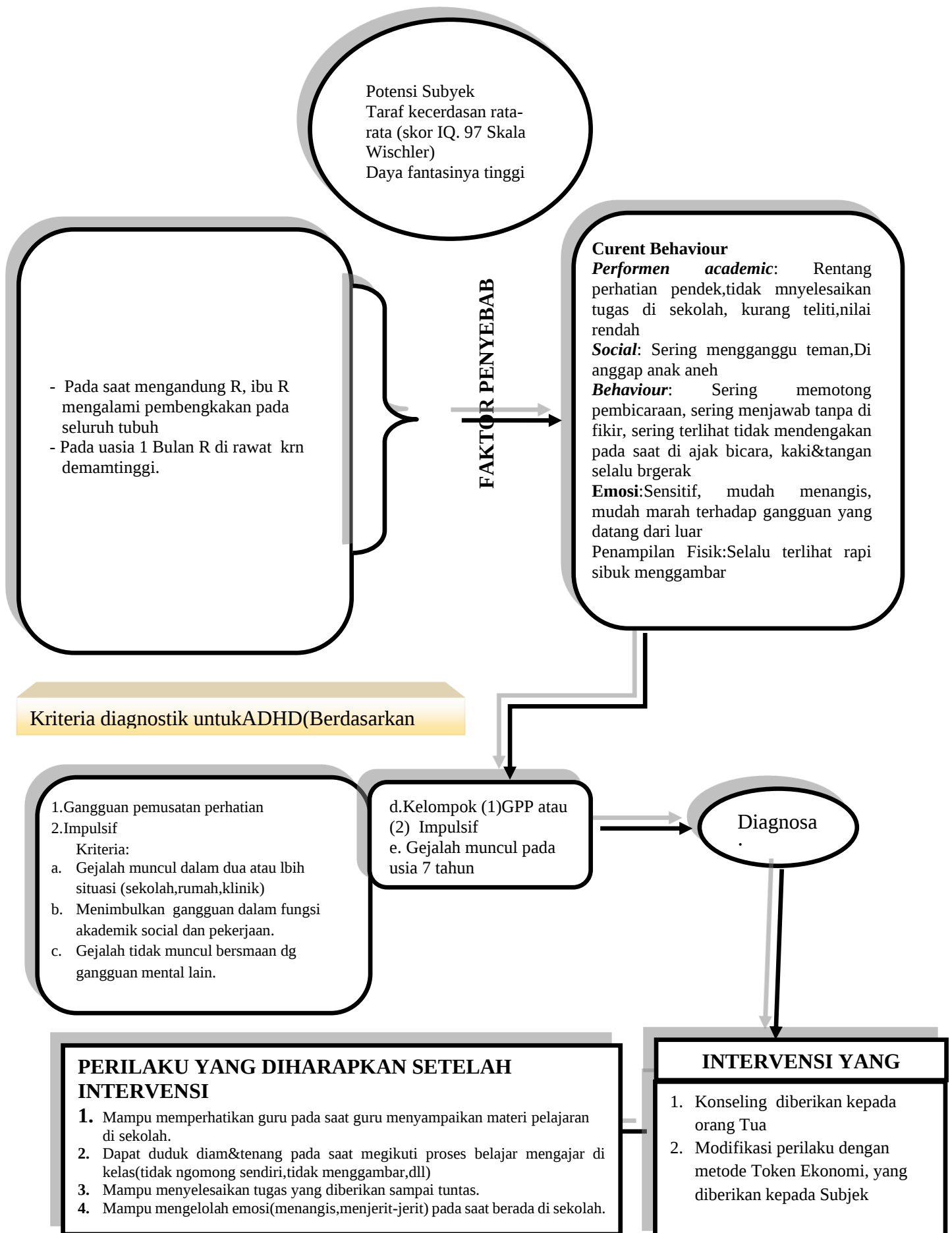
Sumber: Penulis (2024)

Deskripsi Evaluasi Intervensi

Intervensi yang diberikan pada R tergolong adalah cukup berhasil, walaupun belum maksimal. Hal ini dapat dilihat dari kemampuan R dalam memusatkan perhatiannya saat guru menjelaskan pelajaran dengan rentangan waktu selama 1 jam pelajaran dan R pun dapat duduk diam dan tenang, tidak ngomong sendiri dan sibuk menggambar. Setiap kali ada tugas-tugas yang diberikan oleh guru R selalu mengerjakan dan membawa tugas-tugas tersebut. R juga sudah mampu mengelola emosinya, ketika R digoda oleh teman-temannya R tidak langsung menjerit-jerit dan menangis tetapi R dapat menahan untuk tidak memberikan respon terhadap godaan dari teman-temannya. Perubahan yang terjadi dalam diri R dapat dilihat dari keberhasilannya dalam mengumpulkan beberapa point kartu smile yang didapatkan ketika melakukan perilaku target yang sudah disepakati bersama. Selama 1 bulan pelaksanaan token ekonomi R dapat memperoleh beberapa poin sehingga berhasil mendapatkan hadiah pertama (bola kaki) dan hadiah kedua (satu set alat tulis). R belum berhasil memperoleh hadiah ketiga oleh karena itu intervensi ini harus terus dilakukan oleh guru agar perubahan perilaku R bisa tetap bertahan dan nantinya R dapat memperoleh hadiah ketiga (mainan pesawat) serta diharapkan perubahan perilaku R dapat menjadi bagian dalam keseharian R walaupun hanya diikuti oleh pemberian reward dalam bentuk pujian dari guru. Dalam perilaku target, tidak dimasukkan tentang perilaku memotong pembicaraan guru karena situasi di kelas tiga ini kemungkinan untuk memotong pembicaraan guru sangat kecil, disebabkan wali kelas tiga adalah orang yang sangat tegas dan disiplin.

Pelaksanaan token yang dilakukan di rumah pun tergolong cukup berhasil, hal ini terlihat pada hari ke enam pemberian token R mendapatkan hadiah dari orang tuanya yaitu ibunya memberikannya ayam goreng kentaki sesuai dengan perjanjian antara R dan ibunya.

BAGAN INTERVENSI



KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Intervensi yang diberikan pada R tergolong cukup berhasil, hal ini terlihat dari berhasilnya R melakukan perilaku target yang sudah disepakati bersama, dimana selama 1 bulan pelaksanaan token ekonomi R dapat memperoleh beberapa poin sehingga berhasil mendapatkan hadiah pertama bola kaki dan hadiah kedua satu set alat tulis. R belum berhasil memperoleh hadiah ketiga oleh karena itu intervensi ini harus terus dilakukan oleh guru agar perubahan perilaku R bisa tetap bertahan dan nantinya R dapat memperoleh hadiah ketiga (mainan pesawat) serta diharapkan perubahan perilaku R dapat menjadi bagian dalam keseharian R walaupun hanya diikuti oleh pemberian reward dalam bentuk pujian dari guru.
2. Adanya kerja sama yang baik dari wali kelas dan orang tua, sehingga pelaksanaan intervensi token ekonomi dapat berjalan dengan baik selama 6 sesi.
3. Perlunya pemberian informasi anak-anak yang mengalami hambatan belajar di kelas kepada guru-guru, hal ini disebabkan karena guru di kabupaten masih menganggap bahwa anak ADHD merupakan anak pembangkang.

DAFTAR PUSTAKA

- Arga Paternotte & Jan Buitelaar, 2010. *Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas*, Media Group, Jakarta.
- Ayllon, T. & Roberts, M. 1974. Eliminating Discipline Problem By Strengthening Academic Performance. *Journal of Applied Behaviour Analysis*. Vol.7, p.71-76
- Baihaqi & Sugiartin, 2008. *Membantu dan memahami anak ADD/ADHD*. Bandung PT Rafika Aditama.
- Bailey, D.A 2009. The impact of Physical Activities on Children with Attention deficit Disorders *Ability to focus. Thesis*. The Faculty of the College Of Education Ohio University
- Departemen kesehatan RI. 1993. *Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa di Indonesia II*
- Departemen kesehatan RI *Kriteria Diagnostik DSM IV-TR*
- Du Paul, G.J & White G.P 2005. Intervention Strategies for students with ADHD (Combining Medication With Behavioural and Educational Interventions Tends to yield the best Result for ADHD Students. Di unduh dari www.Naesp.org.
- David Pentecost. 2004, *Menjadi Orang Tua Anak ADD, Strategi Praktis Mengatasi Masalah Perilaku Anak ADD*, Dian Rakyat. Jakarta

- Hildayani, R., dkk.2009. *Penanganan Anak Berkelainan*. Jakarta :Universitas Terbuka
- Martin, G. L.2008. *Terapi untuk anak ADHD*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer
- Paternotte, A & Buitelaar, J. 2011. *ADHD. Gejala Diagnosis, Terapi, serta penanganannya di rumah dan di sekolah*. Jakarta:PrenadaMedia Group
- Roan, W.M.980. *Terapi Untuk Mengubah Tingkah Laku* . Jakarta: Speed Offset
- Rosmala, N.A.2007. Penerapan Teknik Token Ekonomi dalam Meningkatkan Perhatian pada Anak Hiperaktif. Skrip. Bandung: Fakultas Ilmu Pendidikan UPI.