

TEKNIK EKONOMI TOKEN DALAM PENGUBAHAN PERILAKU KLIEN *(Token Economy Technique in the Modification of Client Behavior)*

Adi Fahrudin, Ph.D

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Muhammadiyah Jakarta
e-mail: fahradi@yahoo.com

Abstrak

Tingkah laku manusia dapat diubah dengan menggunakan berbagai pendekatan dan teknik. Dalam pendekatan behavior, teknik yang lazim digunakan untuk perubahan tingkah laku klien adalah ekonomi token. Ekonomi token dianggap efektif karena token yang diberikan kepada klien merupakan bentuk hadiah bagi peningkatan tingkah laku yang disukai dan pengurangan tingkah laku yang tidak disukai. Teknik ini dapat digunakan pada berbagai setting pelayanan termasuk rumah sakit jiwa, lembaga koreksional atau pusat rehabilitasi guna menata perilaku individu yang agresif atau tidak dapat diprediksi. Esensi penggunaan ekonomi token adalah mengajarkan tingkah laku yang tepat dan keterampilan sosial yang dapat dipergunakan dalam suatu lingkungan.

Kata Kunci: ekonomi token, pekerja sosial, klien, praktek, dan keterampilan sosial

Abstract

Human behavior can be modified using various approach and techniques. In the behaviorism approach, a common technique used to change the behavior of the client is the token economy. Token economy is considered effective because tokens are given to clients is a form of reward for improved behavior and reduced liked undesirable behavior. Buffering technique is used in a variety of care settings, including psychiatric hospitals, correctional institutions or rehabilitation centers to organize people with aggressive behavior or unpredictable. The essence of the use of token economy is to teach proper behavior and social skills that can be used in an environment.

Keyword: token economy, social worker, client, practice, and social skill

PENGANTAR

Pengubahan tingkah laku (*behavior modification*) merupakan bagian dari intervensi yang besar pengaruhnya dalam praktek pekerjaan sosial. Hal ini karena perilaku manusia merupakan sesuatu yang kompleks, dan perilaku manusia pada dasarnya refleksi dari berbagai gejala kejiwaan seperti pengetahuan, persepsi, minat, keinginan dan sikap. Hal-hal yang mempengaruhi perilaku seseorang sebagian terletak dalam diri individu sendiri yang disebut juga faktor internal sebagian lagi terletak di luar dirinya atau disebut dengan faktor eksternal yaitu faktor lingkungan. Oleh sebab itu untuk mengubah perilaku manusia

memerlukan berbagai strategi dan teknik yang beragam pula sesuai dengan pendekatan dan teori perilaku manusia (Fahrudin, 1997). Salah satu teknik yang biasa digunakan dalam pengubahan perilaku manusia berdasarkan pendekatan *behaviorism* adalah teknik ekonomi token (*Token Economy Technique*).

Ekonomi Token adalah satu bentuk pengubahan perilaku yang dirancang untuk meningkatkan perilaku yang disukai dan mengurangi perilaku yang tidak disukai dengan menggunakan token atau koin (Ayllon, 1999). Seorang individu akan menerima token dengan segera setelah menampilkan perilaku yang disenangi, sebaliknya akan

mendapat pengurangan token jika menampilkan perilaku yang tidak disukai. Token-token ini dikumpulkan dan kemudian dalam jangka waktu tertentu dapat ditukarkan dengan hadiah atau sesuatu yang mempunyai makna. Secara singkatnya Token Ekonomi merupakan sebuah sistem *reinforcement* untuk perilaku yang dikelola dan diubah, seseorang mesti dihadiah/diberikan penguatan untuk meningkatkan atau mengurangi perilaku yang diinginkan (Garry, 1999).

Tujuan utama dari Ekonomi Token adalah meningkatkan perilaku yang disukai (baik) dan mengurangi perilaku tidak disukai (Miltenberger, 2001). umumnya ekonomi token digunakan dalam perubahan perilaku di setting institusional (termasuk rumah sakit jiwa, lembaga koreksional atau pusat rehabilitasi) untuk mengatur perilaku individu yang agresif atau tidak dapat diprediksi. Bagaimanapun, tujuan ekonomi token yang lebih besar adalah mengajarkan tingkah laku yang tepat dan keterampilan sosial yang dapat dipergunakan dalam suatu lingkungan alamiah. Pendidikan khusus (bagi anak dengan kecacatan perkembangan atau kesulitan belajar, hiperaktif, kurang perhatian, atau gangguan perilaku), pendidikan reguler, akademi, berbagai tipe panti, divisi militer, panti werdha, program rehabilitasi narkoba, *setting* pekerjaan, konseling keluarga dan rumah sakit dapat juga menggunakan ekonomi token (Fahrudin, 2010). Ekonomi token juga bisa digunakan pada individu atau dalam kelompok.

PELAKSANAAN EKONOMI TOKEN

Menurut Fahrudin (2010) terdapat enam elemen yang perlu ada dalam pelaksanaan terapi psikososial menggunakan teknik Ekonomi Token yaitu;

1. Token (Koin)

Segala sesuatu yang bisa dilihat dan dapat dihitung dapat dijadikan token. Token

seharusnya sesuatu yang menarik, mudah dibawah dan sukar ditiru. Umumnya beberapa item dapat dijadikan token seperti duit poker, stiker, *tally poin*, atau uang mainan. Ketika individu menampilkan tingkah laku yang disukai, maka klien segera diberikan sejumlah token. Token harus tidak punya nilai bagi mereka. Mereka harus mengumpulkan token dan kemudian menukarkannya dengan sesuatu yang berharga, diberikan keistimewaan atau diberi kemudahan melakukan aktivitas lain. Individu juga dapat kehilangan token (denda) jika menunjukkan perilaku yang tidak disukai.

2. Kejelasan Pendefinisian Tingkah Laku Target

Individu yang terlibat dalam ekonomi token harus mengetahui secara jelas apakah yang harus mereka lakukan agar mendapatkan token. Tingkah laku yang disukai dan yang tidak disukai harus dijelaskan diawal secara sederhana dan termasuk yang spesifik. Jumlah token yang akan dihadiahkan atau kehilangan token bagi setiap perilaku juga harus bersifat spesifik

3. Motif-motif Penguat

(Back-up Reinforcers)

Motivasi penguat adalah objek yang penuh arti, keistimewaan, atau aktivitas tambahan yang dapat diberikan kepada klien sebagai pertukaran dengan token yang mereka peroleh. Token dapat berupa mainan-mainan, waktu tambahan, atau tamasya/aktivitas di luar panti. Kesuksesan dari suatu ekonomi token tergantung pada pesona (tawaran menarik/kenikmatan) dari motif-motif penguat tersebut. Individu akan termotivasi untuk mendapatkan token jika mereka mengetahui bentuk penghargaan di masa depan yang diwakili oleh tanda-tanda yang mereka terima. Suatu ekonomi token yang direncanakan akan menjadi baik jika penggunaan motif-motif penguat tersebut dipilih sendiri oleh individu tersebut berbanding yang dipilih oleh pekerja Sosial atau Petugas panti.

4. Sistem Penukaran Token

Klien perlu tahu adanya mekanisme tempat dan waktu yang sesuai untuk mereka menukarkan token dengan motif-motif penguat tadi. Nilai dari suatu token dari setiap motif penguat ditentukan oleh nilai uang, permintaan, atau nilai terapi yang dijalankan. Sebagai contoh, jika motif penguat itu adalah mahal atau sangat menarik maka nilai token harus yang lebih tinggi. Jika nilai token ditetapkan terlalu rendah, maka individu kurang termotivasi untuk mendapatkan token. Dan sebaliknya, jika nilai itu diatur terlalu tinggi, maka individu akan merasa takut atau ragu dalam mendapatkan token. Adalah penting agar masing-masing individu dapat memperoleh sedikitnya beberapa token.

5. Suatu Sistem Perekam Data

Sebelum rawatan (*treatment*) dimulai, informasi (*baseline data*) perilaku individu yang sekarang perlu dikumpulkan. Perubahan perilaku kemudian direkam di lembar data harian (*daily data sheet*). Informasi ini digunakan untuk mengukur kemajuan individu dan efektivitas dari token economy. Informasi mengenai pertukaran dari token juga perlu untuk direkam/dicatat.

6. Implementasi Konsistensi Ekonomi Token oleh Pekerja Sosial

Keberhasilan implementasi Ekonomi Token sangat tergantung dari semua Pekerja Sosial atau Petugas sebagai terapis/fasilitator yang harus memperlihatkan perilaku-perilaku yang sama, menggunakan token dalam jumlah yang sesuai, menghindari motif penguat dibagikan dengan bebas, dan mencegah token dari pemalsuan, pencurian, atau diperoleh secara tidak adil. Tanggung-jawab Pekerja Sosial dan ketentuan-ketentuan *token economy* harus dijelaskan dalam suatu manual tertulis. Pekerja Sosial atau Petugas juga perlu dievaluasi pada waktu tertentu dan diberi peluang untuk bertanya atau berpendapat.

Sesungguhnya token sering diberikan dan di dalam sejumlah yang banyak, tetapi individu belajar untuk perilaku yang diinginkan, lambat laun peluang untuk mendapatkan token berkurang secara bertahap. Jumlah dan frekuensi dari pembagian token disebut suatu jadwal penguatan. Misalnya di sebuah Panti Sosial, masing-masing klien boleh mendapatkan 25 sampai 75 token pada hari pertama, sehingga mereka dengan cepat belajar nilai dari token. Kemudian, para klien boleh mendapatkan 15 sampai 30 token per hari. Secara berangsur-angsur mengurangi ketersediaan token (memudar), para klien perlu belajar untuk menampilkan perilaku yang diinginkan secara mandiri, tanpa pengaruh yang tidak wajar akibat penggunaan token. Motif penguat ini akan ditemukan individu/klien secara normal di dalam masyarakat, seperti pujian lisan, yang seharusnya perlu diberikan bersamaan dengan proses pemberian token.

Keuntungan dari *token economy* adalah bahwa perilaku-perilaku yang ditunjukkan individu dapat dihargai dengan segera, besarnya reward/hadiah adalah sama nilainya untuk semua individu dalam suatu kelompok, penggunaan dari hukuman (*respon costs*) lebih sedikit resikonya dibandingkan bentuk-bentuk hukuman yang lain, dan individu dapat belajar ketrampilan-ketrampilan yang berhubungan dengan masa depan. Kerugian-kerugian yang pantas dipertimbangkan dari *token economy* termasuk biaya, usaha dan pelatihan karyawan dan manajemen. Beberapa profesional menemukan bahwa *token economy* bersifat tidak praktis dan memakan waktu.

Penggunaan teknik *token economy* bukan tanpa resiko. Resiko di dalam *token economy* adalah sama halnya dengan teknik pengubahan perilaku yang lain. Pekerja Sosial atau Petugas panti dalam menerapkan treatment ini bisa dengan sengaja atau tidak sengaja kurang memperhatikan apakah individu dengan rela

menerima *treatment* (Fahrudin, 2010). *Token economy* tidak perlu merampas/mencabut kebutuhan dasar mereka, seperti makanan yang cukup, selimut yang nyaman, atau peluang layak untuk memperoleh kesenangan). Jika pekerja Sosial atau Petugas panti tidak terlatih dengan baik boleh jadi perilaku-perilaku yang diinginkan justru tidak diberikan *rewards token* sedangkan perilaku-perilaku yang tidak diinginkan malah dihadiahi token. Hal ini dapat menghasilkan peningkatan perilaku negatif pada klien.

PROSEDUR EKONOMI TOKEN

Menurut Fahrudin (2010) dan Miltenberger, R. G. (2001) bahwa sebelum Pekerja Sosial panti menerapkan teknik Ekonomi Token maka perlu diperhatikan langkah-langkah sebagai berikut;

1. Langkah pertama adalah Pekerja Sosial atau mengenali dengan jelas tingkah laku yang akan diubah menggunakan teknik ekonomi token. Definisi perilaku tersebut secara spesifik, dapat diamati (*observable*) dan terukur supaya dapat menjaga konsistensi dalam implementasinya.
2. Memulai Token
 - a. Pilih Jenis Token yang Akan Dipakai
Banyak benda/objek yang dapat digunakan sebagai Token. Misalnya pekerja Sosial atau Petugas dapat menggunakan uang mainan, kelereng, kancing, stiker, dan berbagai benda lain. Apabila pekerja Sosial atau Petugas menghadapi klien yang masih anak-anak perlu diperhatikan keamanan Token supaya tidak terjadi anak menelan Token atau memasukan ke dalam hidung atau telinga. Perlu diingat dalam memilih Token yaitu mudah untuk dihitung, sulit untuk dipalsukan dan aman digunakan.
 - b. Pilih Penguat/Hadiah yang akan Ditukar dengan Token
Pekerja Sosial atau Petugas memilih hadiah yang dapat ditukar dengan Token

yang telah dikumpulkan. Hadiah ini tidak perlu mahal. Uang saku tambahan mungkin bisa digunakan sebagai hadiah, atau juga keistimewaan (*privilege*) misalnya dengan memberikan atau membuatkan makanan kesukaan atau memberikan hadiah tiket nonton biskop atau pertandingan sepak bola.

- c. Hitung Berapa Nilai Token untuk suatu Perilaku
Selanjutnya, pekerja Sosial atau Petugas perlu mengatur berapa nilai Token untuk satu jenis perilaku yang diinginkan. Misalnya apabila klien tidak terlambat hadir ke dalam program bimbingan berharga 1 Token, mengerjakan tugas membersihkan kamar dan tempat tidur sendiri bernilai 2 Token, bisa mengerjakan latihan keterampilan yang diajarkan 3 Token, dan seterusnya. Begitu pula jika klien menunjukkan perilaku negatif maka pekerja sosial/klien dapat mengambil semua atau sebagian Token sebagai bentuk hukuman (*punishment*). Namun pekerja Sosial atau Petugas perlu memperhatikan perilaku apa yang jelas untuk dijadikan patokan sebagai hukuman.
- d. Berapa Harga untuk Hadiah yang Ditukar dengan Token
Pekerja Sosial atau Petugas perlu mengatur berapa harga hadiah yang dapat ditukar dengan dengan jumlah Token. Misalnya saja 10 Token bisa ditukar dengan main game computer selama 2 jam. Dalam hal ini pekerja Sosial atau Petugas perlu mengatur dan menjaga konsistensinya.
- e. Buatlah Bank Token
Pekerja Sosial atau Petugas perlu mengorganisasi Token untuk klien. Pekerja Sosial atau Petugas perlu mencatat sehingga teratur. Oleh sebab itu dibutuhkan Bank Token. Bank Token dapat berbentuk toples untuk token yang berupa kelereng, kancing atau hal-hal

lain yang dapat ditempelkan. Bisa pula berupa papan/kertas yang dapat ditempel atau bisa juga papan tulis sehingga leluasa mengganti jumlah Token. Untuk menghindari kecurangan diantara klien, maka Bank Token harus ditempatkan di tempat yang dapat terlihat oleh semua klien.

f. Tentukan Kapan Waktu untuk Menukar Token

Pekerja Sosial perlu menentukan kapan waktu untuk menukar Token yang sudah dikumpulkan klien. Pekerja Sosial atau Petugas perlu membuat kesepakatan dengan klien kapan mereka dapat menukarkan Token secara berkala.

Untuk memperoleh hasil yang optimal, maka teknik ekonomi token dapat divariasikan dengan teknik dan cara lain. Ekonomi Token dapat dimodifikasi atau diperbaiki dengan berbagai variasi yang diperlukan. Beberapa variasi yang dapat ditambahkan dalam teknik ekonomi token yaitu:

- a. Memperbolehkan klien menikmati hadiah (*reinforcement*) bersama teman-temannya,
- b. Pengelolaan program Ekonomi Token oleh klien itu sendiri,
- c. Kombinasikan program Ekonomi Token dengan program bimbingan keterampilan,
- d. Kombinasikan dengan kelompok yang berbeda.

KESIMPULAN

Ekonomi Token merupakan salah satu teknik perubahan perilaku yang dirancang untuk meningkatkan perilaku yang disukai dan mengurangi perilaku yang tidak disukai dengan menggunakan token (koin). Token Ekonomi merupakan sebuah sistem *reinforcement* untuk perilaku yang dikelola dan diubah, seseorang mesti dihadahi atau diberikan penguatan untuk meningkatkan atau mengurangi perilaku yang diinginkan. Selanjutnya ekonomi

token digunakan dalam perubahan perilaku di setting institusional. Termasuk rumah sakit jiwa, lembaga koreksional atau pusat rehabilitasi untuk mengatur perilaku individu yang agresif atau tidak dapat diprediksi. Esensi ekonomi token adalah mengajarkan tingkah laku yang tepat dan keterampilan sosial yang dapat digunakan dalam suatu lingkungan alamiah.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayllon, T. (1999). *How to Use Token Economy and Point Systems*. 2nd ed. Austin, Texas: Pro-Ed.
- Fahrudin, A. (1997). *Pengubahan Perilaku Penderita Cacat: Modul Program DI Pekerjaan Sosial Bidang Kajian Rehabilitasi Sosial*. Bandung: STKS Bandung.
-, (2010). *Panduan Terapi Psikososial Menggunakan Teknik Ekonomi Token di Panti Sosial*. Bandung: Jurusan Rehabilitasi Sosial STKS Bandung.
- Garry, M. (1999). *Behavior Modification: What It Is and How to Do It*. (6th ed.) Upper Saddle River, New Jersey: Prentice-Hall.
- Miltenberger, R. G. (2001). *Behavior Modification: Principles and Procedures*. (2nd ed.) Belmont, California: Wadsworth/Thomson Learning.