

# EFEKTIVITAS KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNI K TOKEN ECONOMY UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR

Oleh: Rofi'ud Darojatin Nisaa<sup>1</sup>, Luh Putu Ary Sri Tjahyanti<sup>2</sup>

## Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan tujuan untuk mengetahui efektivitas konseling behavioral teknik *token economy* dalam meningkatkan disiplin belajar siswa, pengaruh dihentikannya penerapan konseling behavioral teknik *token economy (followup)* dan perbedaan efektivitas antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan penerapan *token economy*. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas X ISMANegeri 1 Sukasada. Sampel dalam penelitian ini adalah 4 orang siswa yang mengalami disiplin belajar rendah yang ditentukan dengan teknik *purposive sampling*. Rancangan penelitian ini adalah *pretest-posttest-control group design*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) terjadi peningkatan disiplin belajar setelah diberikan konseling behavioral dengan teknik *token economy*, (2) terjadi penurunan disiplin belajar setelah konseling behavioral dengan teknik *token economy* diakhiri (*followup*) namun dapat teratasi dengan mengubah motivasi ekstrinsik menjadi motivasi intrinsik, (3) kelompok eksperimen yang diberikan konseling behavioral dengan teknik *token economy* lebih efektif dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya diberi perlakuan sesuai dengan layanan di sekolah.

**Katakunci:** *Konseling  
Teknik Token Economy, dan Disiplin Belajar.*

*Behavioral*

## Pendahuluan

Pendidikan di sekolah merupakan salah satu upaya dalam peningkatan kualitas sumber daya manusia. Berbagai usaha telah dilakukan agar tercipta sumber daya manusia yang berkualitas yang mampu mengikuti berbagai kemajuan di bidang ilmu pengetahuan dan teknologi.

---

<sup>1</sup>Rofi'ud Darojatin Nisaa, <sup>2</sup>Luh Putu Ary Sri Tjahyanti adalah Staf Edukatif Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan di Universitas Panji Sakti Singaraja

Dalam menjalani proses belajar diperlukan sikap-sikap yang dapat membantu dalam kelancaran proses tersebut, salah satunya adalah disiplin.

Menurut Prijodarminto (1994: 23) disiplin adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan dan ketertiban. Sekolah memberlakukan peraturan guna membina kepribadian siswa dalam meningkatkan disiplin belajar. Didalam peraturan terkandung nilai-nilai pendidikan, karena tidak hanya memperkenalkan perilaku apa saja yang boleh dilakukan oleh siswa tetapi juga berfungsi mengekang perilaku siswa yang tidak diinginkan. Peraturan di sekolah berperan penting dalam kehidupan siswa di sekolah, yaitu membentuk watak masing-masing siswa. Peraturan berisi kewajiban dan larangan-larangan yang harus dilakukan dan dihindari oleh siswa, sehingga isi dari peraturan itu haruslah yang benar-benar menunjang perkembangan siswa guna meningkatkan perilaku disiplin belajar.

Disiplin sangat diperlukan oleh siapa pun dan dimanapun. Manusia membutuhkan disiplin untuk memperlancar dalam mencapai tujuan yang dikehendaki, jadi disiplin berperan penting dalam membentuk pribadi yang unggul. Apabila dikaitkan dengan dunia pendidikan, disiplin sangat diperlukan terutama dalam kelancaran proses belajar. Disiplin belajar perlu diterapkan agar siswa mengerti tingkah laku yang baik dan tingkah laku yang tidak baik dalam proses belajar, disiplin juga mengajarkan siswa untuk mengendalikan diri dan keinginannya agar tetap mematuhi peraturan yang ada.

Hurlock (1978:85) menyatakan disiplin memiliki empat unsur pokok yang perlu diperhatikan, yaitu: peraturan sebagai pedoman perilaku, konsistensi dalam peraturan tersebut, hukuman untuk pelanggaran peraturan, dan penghargaan untuk perilaku yang baik yang sejalan dengan peraturan yang berlaku. Hukuman juga mengandung nilai mendidik, karena memberikan motivasi untuk menghindari perilaku yang tidak diinginkan. Semakin berat hukuman yang diberikan dianggap mampu memberikan efek jera pada

siswa, sehingga membuat siswa tersebut menjadi tidak ingin melanggar peraturan lagi. Penghargaan diberikan pada siswa yang mampu menunjukkan perilaku disiplin, selain memiliki nilai akademik, penghargaan juga berfungsi sebagai motivasi bagi siswa untuk mengulangi perilaku disiplin sehingga memperkuat perilaku disiplin tersebut.

Disiplin pada diri seseorang tidak dapat tumbuh tanpa adanya campurtangan dari orang lain yang dilakukan secara bertahap dan sedikit demi sedikit. Disiplin terbentuk sebagai hasil dari proses pembinaan yang dilakukan sejak di lingkungan keluarga dan berlanjut dalam pendidikan di sekolah, sehingga disiplin belajar dapat terbagi menjadi dua yaitu disiplin belajar di sekolah dan disiplin belajar di rumah. Menurut Slameto (1997:27) perilaku disiplin belajar di sekolah dapat dibedakan menjadi empat macam yaitu disiplin dalam masuk sekolah, disiplin dalam mengikuti pelajaran, disiplin dalam mengerjakan tugas, dan disiplin dalam mentaati tata tertib sekolah.

Penerapan disiplin di sekolah sangat terlihat jelas pada tata tertib sekolah yang diberlakukan beserta sanksi bagi pelanggaran yang dilakukan. Peraturan yang ada di sekolah tidak hanya berlaku untuk siswa, tetapi juga berlaku untuk guru dan kemudiannya di patuhi secara konsisten. Diharapkan dengan adanya peraturan bagi siswa dan guru dapat membuat siswa merasa bahwa peraturan tersebut bukan suatu paksaan tetapi suatu janji dari diri sendiri, sehingga siswa lebih mudah untuk menerima dan mematuhi peraturan tersebut. Jadi peraturan yang diberlakukan dan dipatuhi dengan baik akan berpengaruh bagi terciptanya sekolah sebagai lingkungan pendidikan yang kondusif bagi kegiatan belajar mengajar.

Sangat disayangkan faktanya menunjukkan bahwa masih banyak sekali siswa di SMA Negeri 1 Sukasada yang kurang disiplin saat mengikuti kegiatan belajar mengajar. Siswa-siswa yang mayoritas berasal dari keluarga ekonomi menengah ke bawah ini terlihat masih menunjukkan perilaku tidak disiplin dalam belajar. Indikator ini terlihat antara lain, terlambat masuk kelas, keluar kelas tanpa meminta ijin pada guru, berpakaian tidak sesuai dengan aturan sekolah, membolos, tidak mendengarkan penjelasan guru, mengobrol pada saat pelajaran berlangsung, tidak

membawabukupelajarandantidakmengerjakantugasyang telahdiberikanoleh guru.

Seringdijumpaireaksiyangmunculdari gurumaupun orangtua adalahmembentak, berteriak,mencubit,memukul,dan menampar.Kekerasanfisikyangsering dilakukansebagai usahauntuk menghentikan perilakunegatif anak justruakanberdampakmeningkatkanperilakunegatif yang dimilikisanak.Anakmasihbelajarmanahalyangbaikdanmanayangburuk.Apabila guruatauroangtua hanyamemberikan reaksinegatif sajapada anak justruakanmenimbulkanresikodan dampakyangburuk.Anak jugaperlu dihargai, layaknya orangtua yang merasa perlu dihargai atas pekerjaan atau perilkubaikyangtelahdilakukan(*goldenrules*).

Berdasarkanfaktatersebutmakapola didik guruharusdipilihdenganbenar untukmencegahdan mengatasiperilaku-perilakukurangdisiplin dalam belajar.Salahsatu cara yang dapat digunakan untuk mengubah perilaku negatif menjadi perilaku yanglebihpositifyaitudenganpendekatankonselingbehavioral.

Corey(2003:197)menyatakanbahwabeaviorisme adalah suatu pandangan ilmiah tentangtingkahlakumanusia.Dalildasarnyaadalahbahwatingkahlakuitu tertib danbahwaeksperimen yangdikendalikan dengancermatakanmenyingkapkan hukum-hukumyang mengendalikantingkahlaku.MenurutBootzin(dalam Komalasari,dkk,2011:154)“konseling behavioraldikenal jugadengan modifikasiperilakuyang dapatdiartikansebagaitindakanyang bertujuanuntuk mengubahperilaku”.Modifikasiperilakudapat puladiartikansebagaiusaha menerapkanprinsip-prinsipbelajarpada perilkumanusia.MenurutWolpe, modifikasiperilaku adalahprinsip-prinsipbelajaryang telah terujisecara eksperimentaluntuk mengubahperilakuyang tidak adaptif.Kebiasaan-kebiasaan yang tidak adaptifdilemahkandan dihilangkan,perilkuadaptifditimbulkandan dikukuhkan(Komalasari,dkk,2011:154).

Pendekatan *behavioral* memiliki beberapa teknik yang dapat digunakan untukmengubah perilaku, salahsatuteknik yang digunakandalampenelitianini adalah teknik kartu berharga (*token economy*).*Token economy*merupakansuatuwujudmodifikasiperilakuyang dirancanguntuk

meningkatkan perilaku yang diinginkan dan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan dengan pemakaian token (tanda/kartu) (Komalasari, 2011: 168). Individu menerima token cepat setelah menunjukkan perilaku yang diinginkan. Token itu dikumpulkan dan dipertukarkan dengan suatu objek atau kehormatan yang penuh arti. Penghargaan yang diberikan kepada siswa merupakan dukungan sekunder untuk meningkatkan disiplin belajar sehingga suasana belajar lebih kondusif, oleh karena itu penghargaan harus menjadi rangsangan yang netral. Peraih prestasi yang rendah mendapat penghargaan yang kecil dan dorongan untuk meningkatkan prestasinya, sedangkan yang mendapat prestasi tinggi mendapatkan penghargaan yang tinggi pula. Prinsipnya penghargaan harus mendorong semua untuk mengubah perilaku menjadi lebih disiplin. Penghargaan yang dapat digunakan tidak hanya uang, namun dapat dalam bentuk pemberian makanan, buku pelajaran, alat tulis, pulsa telpon, maupun media hiburan.

Berpijak dari pemikiran tersebut serta fakta yang ditemukan di lapangan, peneliti tertarik untuk menggunakan konseling behavioral dengan teknik *token economy* untuk meningkatkan disiplin belajar siswa.

Berdasarkan latar belakang yang sudah dikemukakan, maka permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah: (1) Apakah konseling behavioral dengan teknik *token economy* efektif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa? (2) Apakah disiplin belajar mengalami penurunan ketika penerapan konseling behavioral teknik *token economy* dihentikan (*follow up*)? dan (3) Apakah ada perbedaan efektivitas antara kelompok eksperimen teknik *token economy* dengan kelompok kontrol yang hanya diberi perlakuan sesuai dengan layanan di sekolah?

Berpijak dari rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan: (1) efektivitas konseling behavioral teknik *token economy* dalam meningkatkan disiplin belajar siswa, (2) pengaruh dihentikannya penerapan konseling behavioral teknik *token economy* (*follow up*) dan (3) perbedaan efektivitas antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan penerapan *token economy*.

## Metodologi Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental (*experimental research*). Menurut Sukardi (2003 : 32) metode eksperimen ditujukan untuk meneliti hubungan sebab akibat dengan memanipulasikan satu atau lebih variabel pada satu (atau lebih) kelompok eksperimental, dan membandingkan hasilnya dengan kelompok kontrol yang tidak mengalami manipulasi.

Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa kelas XI SMA Negeri 1 Sukasada tahun ajaran 2011/2012 sebanyak 169 siswa. Dikarenakan jumlah anggota populasi dalam penelitian ini cukup banyak maka penelitian ini akan dilakukan dengan pengambilan sampel. Dalam penelitian ini sampel ditarik dengan menggunakan salah satu teknik *non-probability sampling* yaitu teknik *purposive sampling*, hal ini sesuai dengan pendapat Sutrisno Hadi (2000:91) bahwa *purposive sampling* artinya penetapan kelompok subjek didasarkan atas ciri-ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Dapat dikatakan pula teknik *purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan khusus yaitu karakter yang telah ditetapkan sehingga layak dijadikan sampel (Juliansyah Noor, 2011:155). Karakter yang dimaksud adalah disiplin belajar yang sangat rendah, sehingga siswa yang memenuhi kriteria yang layak dijadikan sampel yaitu siswa yang memiliki disiplin belajar yang sangat rendah. Prosedur penarikan sampel dilakukan dengan menggabungkan hasil analisis data berupa observasi, kuesioner dan hasil wawancara dengan guru pembimbing.

Untuk mengetahui besaran ukuran sampel dalam penelitian ini digunakan aturan *kurva normal*. Seluruh daerah kurve dapat dibagi-bagi menjadi 6 bagian yaitu 3 bagian daerah diatas dan dibawah M (*Mean*) dengan jarak 1 standar deviasi (Sd). Maka 1 Sd baik diatas maupun di bawah M merupakan siswa kualifikasi normal dan 2 sd diatas M dan dibawah M merupakan siswa kualifikasi sedang dan 3 sd diatas M kualifikasi sangat tinggi sedangkan 3 sd dibawah M merupakan kualifikasi sangat rendah (Hadi, 1986 : 150). Dalam penelitian ini, peneliti hanya memfokuskan pada siswa yang disiplin belajarnya sangat rendah yang berada pada daerah 3 sd dibawah M dengan persentase daerah kurve 2,27% dari 169 siswa yaitu 4 siswa (pembulatan dari 3.84). Dengan demikian jumlah

sampel dalam penelitian sebanyak empat orang siswa dengan pertimbangan bahwa empat orang tersebut telah mewakili populasi. Tahapan pengambilan sampel dilakukan dengan cara: (a) Sampel kelas, tidak semua kelas terdapat siswa yang memiliki disiplin belajar yang rendah, untuk itu peneliti menetapkan kelas-kelas yang akan dijadikan subjek penelitian. (b) sampel siswa, peneliti menetapkan siswa yang akan dijadikan subjek penelitian berdasarkan kriteria yaitu memiliki disiplin belajar yang sangat rendah.

Peneliti membagi sampel menjadi dua buah kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Kelompok kontrol merupakan kelompok siswa yang tidak diberikan penerapan konseling behavioral teknik *token economy*, namun tetap dikontrol perkembangannya. Kelompok eksperimen merupakan kelompok siswa yang menjadi subjek penelitian yang akan diberikan penerapan konseling behavioral teknik *token economy*.

Rancangan penelitian yang digunakan adalah “*Pretest-posttest-control group design*” adapun rancangannya adalah sebagai berikut :

Tabel 01. Rancangan Penelitian *Pretest-Posttest Control Group Design*

Kelompok	Tes awal (pretest)	Perlakuan	Tes akhir (post test)	Tes lanjut (follow up)
Eksperimen	$Y_0$	$X_1$	$Y_1$	$Y_2$
Kontrol	$Y_0$	-	$Y_1$	$Y_2$

Sumber: (Setyo, 2005:136)

Penelitian ini memiliki dua variabel utama yaitu konseling behavioral teknik *token economy* sebagai variabel bebas dan disiplin belajar sebagai variabel terikat. Konseling behavioral teknik *token economy* adalah pendekatan yang bertujuan mengubah perilaku maladaptif menjadi adaptif dengan menggunakan tanda-tanda (token) yang dikumpulkan dan dapat dipertukarkan dengan suatu objek yang penuh arti (hadiah/*reward*). Teknik *Token economy* memiliki langkah-langkah tersendiri yang dapat akan dipergunakan dalam penelitian ini. Berikut tabel teknik *token economy*:

Tabel 02. Teknik *Token Economy*

1	Membuat analisis ABC	A= <i>Antecedent</i> (Ribut dan tidak memperhatikan penjelasanguru). B= <i>Behavior</i> (Tidak memahami penjelasanyangdi berikanoleh guru). C= <i>Consequency</i> (Tidak mengerjakan tugas yangdi
---	----------------------	---

		berikan dengan baik).
2	Menetapkan target perilaku yang akan dicapai bersama konseli.	Peneliti memilih masalah penting sebagai target yaitu disiplin belajar.
3	Penetapan besaran harga atau poin token yang sesuai dengan target.	Mengatur berapa nilai token untuk suatu perilaku yang diinginkan dan apa hadiah yang dapat ditukar dengan sejumlah token
4	Penetapan waktu pemberian token	Membuat kesepakatan kapan token dapat ditukarkan secara berkala.
5	Penetapan perilaku awal program.	Menjelaskan kapan program ini akan bekerja, mana <i>token economy</i> yang akan dilakukan setiap hari dan mana <i>token economy</i> yang berlaku pada waktu yang insidental atau diperlukan.
6	Memilih <i>reinforcement</i> yang sesuai bersama konseli.	Konseli akan termotivasi jika mereka mengetahui dan menginginkan <i>reinforcement</i> yang akan mereka dapatkan.
7	Memilih tipe token yang akan digunakan.	Memilih tipe token yang mudah dibawa, tahan lama, dan tentunya tidak mudah ditiru yaitu stampel.
8	Mengidentifikasi pihak yang terlibat dalam program.	staf sekolah, guru, relawan, siswa dapat membantu memberikan penilaian terhadap konsistensi sikap konseli
9	Menetapkan jumlah dan frekuensi penukaran token	25-75 token per orang, dan menurun sampai 15-30 token/hari.
10	Membuat pedoman pelaksanaan <i>token economy</i> .	Membantu dalam memperjelas proses pelaksanaan dan prosedur evaluasi
11	Pedoman diberikan pada konseli dan staf.	pihak yang terlibat dalam program: guru mata pelajaran, wali kelas, staf sekolah, guru BK
12	Lakukan monitoring.	untuk melihat konsistensi perilaku siswa.

Sumber: (Komalasari, 2011:170)

Disiplin belajar adalah perilaku yang terbentuk melalui proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru mencakup sikap dan tindakan yang sesuai dengan standar sosial yang menunjukkan nilai – nilai ketaatan, keteraturan dan ketertiban yang berdasarkan acuan nilai moral.

Kuesioner dipergunakan sebagai metode utama pengambilan data, sedangkan observasi dan wawancara dipergunakan sebagai data pendukung kuesioner. Nurkancana (1983:45) mengatakan bahwa, "kuesioner merupakan suatu metode pengumpulan data dengan jalan mengajukan suatu daftar pertanyaan tertulis kepada sejumlah individu, dan individu tersebut diminta untuk memberikan jawaban secara tertulis pula". Sedangkan



observasi adalah mengadakan pengamatan langsung terhadap suatu obyek dalam suatu periode tertentu dan mengadakan pencatatan secara sistematis, dan wawancara adalah suatu cara pengumpulan data dengan jalan mengajukan pertanyaan secara lisan kepada sumber data, dan sumber data juga memberikan jawaban secara lisan pula.

Untuk mengukur variabel disiplin belajar maka dapat disusun pernyataan-pernyataan kuesioner disiplin belajar. Tujuan penyusunan kisi-kisi instrumen adalah merumuskan setepat mungkin ruang lingkup dan tekanan instrumen dan bagian-bagiannya, sehingga perumusan tersebut dapat menjadi petunjuk yang efektif bagi pembuat soal (Sukardi, 2003:60). Sebelum ítem-ítem kuesioner disebarkan kepada responden, ítem-ítem kuesioner tersebut dikonsultasikan kepada para pakar untuk dilakukan penilaian. Penilaian dilakukan oleh dua pakar ( *judges*) yang memiliki spesialisasi dalam bidang psikologi. Untuk menentukan validitas ini, hasil dari penilaian kedua pakar dimasukkan ke dalam tabulasi silang 2 x 2 yang terdiri dari kolom A, B, C, dan D. Kolom A adalah sel yang menunjukkan ketidaksetujuan antara kedua pakar. Kolom B adalah sel yang menunjukkan ketidaksetujuan pakar pertama sedangkan pakar kedua setuju. Kolom C adalah sel yang menunjukkan pakar pertama menunjukkan penilaian setuju dan pakar kedua tidak setuju. Kolom D adalah sel yang menunjukkan kedua pakar setuju dengan butir yang dibuat. Data tabulasi silang dimasukkan kedalam rumus dan memperoleh hasil 1,00. Maka kuisisioner disiplin belajar dapat dinyatakan valid karena skor validitas isi 0,90.

Dari hasil pengujian validitas dengan menggunakan 40 butir pernyataan yang diujicobakan kepada 169 siswa, dari hasil analisis maka ke 40 butir pernyataan dinyatakan valid. Hal ini disebabkan nilai  $r_{hitung}$  dari setiap pernyataan bergerak dari **0,170 - 0,569** dan lebih besar dari nilai  $r_{tabel} = 0,148$  di dapat dari  $N=169$  dengan taraf signifikan 5%. Jadi 40 butir pernyataan tersebut dapat dijadikan instrumen dalam penelitian.

Karena semua butir sudah valid, analisis dilanjutkan pada uji reliabilitas. Pada pengujian reliabilitas ini menggunakan metode koefisien *Alpha* ( ) atau *r Alpha*. Dari hasil pengujian reliabilitas *output* analisis SPSS, instrumen tersebut dinyatakan reliabel karena  $r_{Alpha} = 0,819$  lebih besar dari  $r_{tabel} = 0,148$ , didapat dari  $N=169$  dengan taraf signifikan 5%. Jadi instrumen tersebut layak dan dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian.

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan 2 analisis statistik, antara lain (1) analisis statistik *correlated data/paired sampel t-test* dan (2) analisis statistik *uncorrelated data/independent sampel t-test*. Dalam analisis statistik *correlated data/paired sampel t-test* yang dijadikan perhitungan adalah skor pretest dengan skor posttest dan posttest dengan follow up sebagaimana hipotesis II. Analisis statistik *uncorrelated data/independent sampel t-test* dimaksudkan untuk membandingkan rata-rata skor kelompok eksperimen yang diberikan treatment dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Untuk mengetahui perbedaan efektivitas atau pengaruh sebagaimana dalam hipotesis penelitian III. Dalam analisis ini yang dijadikan perhitungan adalah gain score, yaitu selisih antara posttest dengan pretest.

## Hasil dan pembahasan

### A. Analisis data

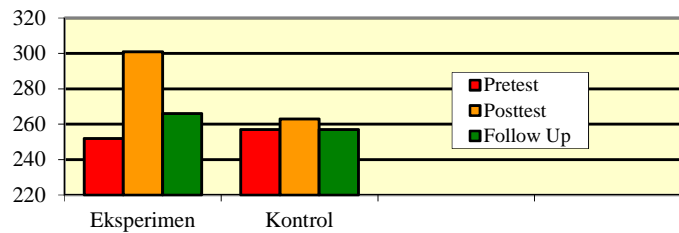
Berpijak dari kriteria pengujian hipotesis yang sudah diuraikan sebelumnya, diperoleh hasil penskoran diperoleh data disiplin belajar dari masing-masing kelompok eksperimen dan kelompok kontrol seperti yang disajikan pada tabel berikut ini.

Tabel 03. Rekapitulasi Data *Pretest, Posttest, Gain Score* dan *Follow Up*

KE(Kelompok Eksperimen)					KK (Kelompok Kontrol)				
No	Pretest	Posttest	Selisih/ Gain Score	Follow up	No	Pretest	Posttest	Selisih/ Gain Score	Follow up
1	125	148	23	131	1	128	132	4	129
2	127	153	26	135	2	129	131	2	128
	252	301	49	266		257	263	6	257

Sumber: Hasil Pengamatan Sendiri

Dari data dalam tabel diatas dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan skor dari *pretest* ke *posttest* pada masing-masing kelompok yang ditunjukkan oleh *gain score*-nya. Selain itu terjadi perbedaan *gain score* antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Deskripsi masing-masing kelompok di visualisasikan dalam grafik berikut.



Grafik 01. Skor *pretest*, *posttest* dan *follow up* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Dari grafik 01. di atas dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan skor dari *pretest* ke *posttest* baik pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Peningkatan yang drastis terjadi pada kelompok eksperimen. Hal ini merupakan indikasi bahwa konseling behavioral dengan teknik *token economy* mampu meningkatkan secara drastis disiplin belajar siswa.

Dari *output* analisis menunjukkan bahwa skor signifikan *Kolmogorov-Smirnov pretest*, *posttest*, dan *follow up* sebesar 0,368 dan nilainya di atas  $\alpha = 0,05$ . Ini berarti variabel disiplin belajar baik pada *pretest*, *posttest*, dan *follow up* berdistribusi normal.

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, maka hasil uji hipotesis dapat dijabarkan sebagai berikut:

#### 1. Hasil Uji Hipotesis I

Rata-rata skor kuisioner disiplin belajar *posttest* > *pretest* ( $150,500 > 126,000$ ) Hal ini menunjukkan terjadi peningkatan disiplin belajar pada kelompok eksperimen.

Dari hasil analisis diperoleh  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $16,333 > 12,706$ ) dengan  $df=1$  taraf signifikan 5% maka  $H_0$  ditolak. Dikarenakan  $H_0$  ditolak maka  $H_a$  pada Hipotesis I diterima.  $H_a$  berbunyi “Konseling behavioral dengan teknik *token economy* efektif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa”.

Tabel 04. *Paired Samples Statistic Pretest-Posttest*

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest.Kel.Eksperimen	126.0000	2	1.41421	1.00000
	Posttest.Kel.Eksperimen	150.5000	2	3.53553	2.50000

Tabel 05. *Paired Samples Test Pretest-Posttest*

Paired Samples Test				
	Paired Differences	T	df	Sig. (2-

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1 Pretest.Kel.Eksperimen - Posttest.Kel.Eksperimen	24.50000	2.12132	1.50000	43.55931	5.44069	16.333	1	.039

## 2. Hasil Uji Hipotesis II

Rata-rata skor hasil kuisioner disiplin belajar pada posttest>follow up (150,500 >133,000). Ini menunjukkan terjadi penurunan rata-rata skor hasil kuisioner disiplin belajar pada kelompok eksperimen saat treatment dihentikan.

Dari hasil analisis diperoleh  $t_{hitung} < t_{tabel}$  ( $-3,500 < 12,706$ ) dengan  $df=1$  taraf signifikan 5% maka  $H_0$  pada hipotesis II diterima.  $H_0$  berbunyi “disiplin belajar tidak mengalami peningkatan ketika penerapan konseling behavioral dengan teknik *token economy* dihentikan (*follow up*)”. Jadi bisa disimpulkan jika pemberian konseling behavioral dengan teknik *token economy* dihentikan disiplin belajar siswa mengalami penurunan.

Tabel 06. *Paired Samples Statistic Posttest-Follow up*

### Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Posttest.Kel.Eksperimen	150.5000	2	3.53553	2.50000
FollowUp.Kel.Eksperimen	133.0000	2	2.82843	2.00000

Tabel 07. *Paired Samples Test Posttest-Follow up*

### Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Posttest.Kel.Eksperimen - FollowUp.Kel.Eksperimen	-1.75000	.70711	.50000	-11.1469	23.85310	-3.500	1	.018

## 3. Hasil Uji Hipotesis III

Rata-rata disiplin belajar kelompok eksperimen > kelompok kontrol (24,500 > 3,000).

Dari hasil analisis diperoleh  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $19,230 > 4,303$ ) dengan  $df=2$  taraf signifikan 5% maka  $H_0$  ditolak. Dikarenakan  $H_0$  ditolak maka  $H_a$  pada Hipotesis III diterima.  $H_a$

berbunyi “ada perbedaan efektivitas antara kelompok eksperimen yang diberi konseling behavioral dengan teknik *token economy* dengan kelompok kontrol yang diberi perlakuan sesuai dengan layanan di sekolah tanpa menggunakan teknik *token economy* untuk meningkatkan disiplin belajar siswa”.

Berdasarkan rata-rata nilai gain score kelompok eksperimen >kelompok kontrol (49>6), ini berarti kelompok eksperimen lebih efektif dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Tabel 08. *Group Statistic*

**Group Statistics**

Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Score Kelompok Eksperimen	2	24.5000	.70711	.50000
Kelompok Kontrol	2	3.0000	1.41421	1.00000

Tabel 09. *Independent Samples Test*

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
Score	.000	1.000	19.230	2	.003	21.50000	1.11803	16.68949	26.31051	
Equal variances assumed			19.230	1.471	.010	21.50000	1.11803	14.58148	28.41852	
Equal variances not assumed										

**B. Pembahasan**

Konseling behavioral dengan teknik *token economy* efektif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa disebabkan karena konseling behavioral adalah suatu treatment atau suatu proses pemberian bantuan kepada seseorang untuk menghilangkan kebiasaan-kebiasaan yang maladaptif, kemudian perilaku adaptif ditimbulkan dan dikukuhkan melalui teknik *token economy*. *Token economy* adalah suatu teknik untuk membentuk pola tingkah

laku dengan memberikan perkuatan yang bisa diraba (stampel) yang nantinya dapat ditukar dengan objek atau hak istimewa yang diinginkan setelah tingkah laku yang diharapkan muncul. Maka dari itu dengan adanya *reward* yang diberikan membangkitkan motivasi siswa untuk mengubah tingkah laku yang tidak diinginkan dan membentuk tingkah laku yang diharapkan. Salah satu faktor siswa kurang mampu memfasilitasi kegiatan belajar yang dikarenakan ekonomi rendah mampu teratasi melalui teknik *token economy*, sehingga siswa lebih terpacu untuk meningkatkan disiplin belajarnya.

Disiplin belajar mengalami penurunan ketika penerapan konseling behavioral dengan teknik *token economy* dihentikan (follow up study), ini mungkin disebabkan karena pemberian teknik *token economy* dihentikan sehingga siswa kehilangan motivasi untuk meningkatkan disiplin belajarnya. Namun tingkat penurunan tersebut tidak terlalu drastis sehingga dapat menyebabkan siswa kehilangan disiplin belajarnya. Hal ini diatasi dengan membangkitkan kesadaran diri siswa akan pentingnya disiplin belajar.

Ada perbedaan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen lebih efektif meningkatkan disiplin belajar siswa. Hal ini disebabkan karena kelompok yang diberikan konseling behavioral dengan teknik *token economy* diberikan suatu hadiah (*reward*) untuk membangkitkan motivasi siswa dalam meningkatkan kedisiplinan dalam belajar sehingga disiplin belajar siswa semakin meningkat dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan perlakuan yang sesuai dengan sekolah.

Adanya pemberian *reward* tidak menimbulkan ketergantungan terhadap perilaku disiplin belajar siswa, ini disebabkan karena peneliti selalu memberikan *reinforcement psikologis* untuk mengimbangi *reinforcement material*. *Reinforcement psikologis* perlahan-lahan menggantikan *reinforcement material* sehingga timbul kesadaran diri siswa akan pentingnya disiplin belajar bagi diri sendiri. Siswa-siswa kelompok eksperimen menjadi mampu mengubah motivasi ekstrinsik menjadi motivasi intrinsik.

Berdasarkan pembahasan diatas maka konseling behavioral teknik *token economy* dianggap efektif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa, hal ini sejalan dengan penelitian I Komang Artana yang berjudul “Konseling Behavioral Model Skinner dengan Teknik Penguatan Positif dalam Pengkondisian Operan untuk meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Kelas XII SMK Negeri 3 Singaraja”.

## **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut: (1) konseling behavioral dengan teknik *token economy* efektif dapat meningkatkan disiplin belajar siswa kelas XI SMA Negeri 1 Sukasada, ini disebabkan adanya pemberian penguatan berupa hadiah (*reward*) untuk membangkitkan motivasi dalam meningkatkan disiplin belajar, (2) disiplin belajar siswa mengalami penurunan ketika penerapan konseling behavioral dengan teknik *token economy* dihentikan (*follow up study*), hal ini disebabkan karena pemberian hadiah (*reward*) dihentikan sehingga motivasi siswa menurun yang menyebabkan menurunnya juga disiplin belajar siswa namun hal ini dapat diatasi melalui *reinforcement psikologis*, (3) kelompok eksperimen lebih efektif meningkatkan disiplin belajar dibandingkan dengan kelompok kontrol, hal ini disebabkan karena kelompok eksperimen diberikan hadiah (*reward*), sehingga motivasi yang timbul lebih besar dibandingkan kelompok kontrol.

Berdasarkan atas simpulan yang sudah dikemukakan, dapat diajukan saran seperti berikut: (1) penggunaan teknik *token economy* telah terbukti efektif dalam meningkatkan disiplin belajar, oleh karena itu diharapkan sekolah sebagai pemegang kebijakan mampu mengembangkan konseling behavioral dengan teknik *token economy* sebagai acuan peningkatan disiplin belajar siswa, (2) diharapkan hasil penelitian ini dapat memacu semangat guru BK untuk meningkatkan kemampuan dalam pengembangan teori dan teknik bimbingan konseling, (3) diharapkan siswa tetap mempertahankan disiplin belajar yang dimiliki dengan mengubah motivasi ekstrinsik menjadi motivasi intrinsik.

### Daftar Pustaka

- Corey, Gerald. 2003. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*(Alih Bahasa). Bandung: PT. Refika Aditama.
- Gregory, Robert.J. 2000. *Psycological Testing History, Principles and Application..* Bostor: Allyn and Bacon.
- Hadi, Sutrisno. 2000. *Statistik Jilid 21*. Yogyakarta: Andi.
- Komalasari,Gantina dkk. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks.
- Noor, Juliansyah. 2011. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Nurkancana, Wayan. PPN. Sunarta.1983. *Evaluasi Pendidikan*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Santoso, Singgih 2000.*Buku Latihan SPSS Statistik Parametrik*.Jakarta : PT Elex Media Komputindo.
- Sugiono. 2001. *Statistik NonParametris untuk Penelitian*. Bandung : CV. ALFABETHA.
- Sukardi. 2003. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- ..... 2003.*Metode Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: PT. Bumi Aksara.
- Susilowati, Harning Setyo. 2005. *Pengaruh Disiplin Belajar, Lingkungan Keluarga dan Lingkungan Sekolah Terhadap Prestasi Belajar*.