

PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN BEHAVIOR DENGAN TEKNIK TOKEN ECONOMY UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS DI SMA NEGERI 3 PALANGKA RAYA

Mala Rohmauli Manik¹, Romiaty Romiay², Feronika³

¹Universitas Palangka Raya

²BK FKIP Universitas Palangka Raya

¹manikmalarohmauli@gmail.com, ²romiaty@fkip.upr.ac.id, ³nopiferonika@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to examine how effectively group counseling based on the behavioral approach using the token economy technique can reduce truancy among high school students. The research employed a guidance and counseling action research design consisting of two cycles with four students identified as having high levels of truancy. Data were collected through observations, interviews, and questionnaires, then analyzed using descriptive quantitative and qualitative approaches. The findings show that the implementation of the token economy technique resulted in significant behavioral improvement, indicated by increased discipline, self-control, and motivation to attend school regularly. Statistical analysis using paired sample t-test showed a significance value below 0.05, confirming the effectiveness of the intervention.

Keywords: group counseling, behavioral approach, token economy, truancy

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior melalui teknik token economy dalam mengurangi perilaku membolos pada peserta didik tingkat SMA. Penelitian ini menggunakan desain penelitian tindakan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan dalam dua siklus dengan subjek penelitian sebanyak empat siswa yang teridentifikasi memiliki tingkat perilaku membolos yang tinggi. Data dikumpulkan melalui teknik observasi, wawancara, dan angket, kemudian dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan teknik token economy mampu menghasilkan perubahan perilaku yang signifikan, yang ditunjukkan melalui peningkatan kedisiplinan, kemampuan pengendalian diri, serta motivasi siswa untuk hadir secara teratur di sekolah. Analisis statistik menggunakan uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi di bawah 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam menurunkan perilaku membolos.

Kata kunci: konseling kelompok, pendekatan behavior, token economy, perilaku membolos.

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan proses sistematis yang bertujuan mengembangkan potensi peserta didik secara optimal, baik dari aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor. Melalui proses pendidikan, peserta didik diharapkan mampu membentuk sikap disiplin, tanggung jawab, serta kesadaran akan pentingnya mengikuti kegiatan pembelajaran secara konsisten. Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal memegang peranan strategis dalam membentuk perilaku dan karakter peserta didik melalui interaksi edukatif antara guru dan siswa. Keberhasilan proses pembelajaran sangat dipengaruhi oleh kehadiran dan partisipasi aktif peserta didik dalam kegiatan belajar mengajar (Suryosubroto, 2009).

Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua peserta didik mampu mengikuti proses pembelajaran secara optimal. Salah satu permasalahan yang masih sering dijumpai di lingkungan sekolah adalah perilaku membolos. Perilaku membolos merupakan tindakan peserta didik yang tidak hadir di sekolah atau meninggalkan kegiatan pembelajaran tanpa izin pihak sekolah yang berwenang (Supriyo, 2008). Perilaku ini termasuk dalam bentuk kenakalan siswa yang dapat menghambat pencapaian tujuan pendidikan, menurunkan prestasi belajar, serta berdampak negatif terhadap perkembangan sikap dan kepribadian peserta didik.

Hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di SMA Negeri 3 Palangka Raya menunjukkan bahwa masih terdapat peserta didik kelas XI-13 yang memiliki kecenderungan perilaku membolos. Berdasarkan data dari guru bimbingan dan konseling, ditemukan empat orang siswa yang sering tidak hadir tanpa keterangan, meninggalkan kelas saat jam pelajaran berlangsung, serta tidak kembali ke kelas setelah jam istirahat. Kondisi ini berdampak pada rendahnya pencapaian akademik siswa, ketertinggalan materi pelajaran, serta menurunnya motivasi belajar. Fenomena tersebut mencerminkan adanya permasalahan perilaku yang memerlukan penanganan secara sistematis melalui layanan bimbingan dan konseling.

Perilaku membolos tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Prayitno (2008) mengemukakan bahwa perilaku membolos dapat dipicu oleh rendahnya minat belajar, ketidaknyamanan terhadap metode mengajar guru, pengaruh teman sebaya, serta perasaan gagal dalam mengikuti pembelajaran. Selain itu, Supriyo (2008) menyatakan bahwa faktor

keluarga, seperti kurangnya perhatian orang tua dan rendahnya pengawasan, turut berkontribusi terhadap munculnya perilaku membolos pada siswa. Jika tidak segera ditangani, perilaku ini berpotensi berkembang menjadi perilaku menyimpang lainnya yang lebih kompleks.

Pendekatan behavior memandang perilaku individu sebagai hasil dari proses belajar melalui interaksi dengan lingkungan. Menurut Skinner (1953), perilaku dapat dibentuk, dipertahankan, atau diubah melalui penguatan (reinforcement) yang diberikan secara konsisten. Dalam konteks perilaku membolos, siswa cenderung mengulangi perilaku tersebut karena adanya penguatan tertentu, baik berupa rasa bebas, terhindar dari pelajaran yang dianggap sulit, maupun pengaruh lingkungan pergaulan. Oleh karena itu, diperlukan suatu intervensi yang mampu memberikan penguatan positif terhadap perilaku yang diharapkan.

Salah satu teknik yang relevan dalam pendekatan behavior adalah teknik *token economy*. Token economy merupakan teknik modifikasi perilaku yang memberikan penguatan positif berupa token setiap kali individu menampilkan perilaku yang diinginkan, yang selanjutnya dapat ditukar dengan bentuk penghargaan tertentu (Yunanto, Tawil, & Putro, 2021). Dalam layanan konseling kelompok, teknik ini tidak hanya mendorong perubahan perilaku secara individual, tetapi juga memanfaatkan dinamika kelompok sebagai sumber dukungan sosial dan motivasi antaranggota.

penelitian ini difokuskan pada penerapan layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior melalui teknik token economy dalam mengurangi perilaku membolos siswa kelas XI-13 SMA Negeri 3 Palangka Raya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok berbasis teknik token economy dalam menurunkan tingkat perilaku membolos siswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan strategi layanan yang efektif serta memberikan manfaat teoretis dalam memperkaya kajian bimbingan dan konseling, khususnya terkait penerapan pendekatan behavior dalam menangani perilaku maladaptif peserta didik.

B. Metode Penelitian

Pada bagian ini menjelaskan metodologi yang digunakan dalam penelitian yang dianggap perlu untuk memperkuat naskah yang dipublikasikan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen sederhana yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior melalui teknik *token economy* dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*, yaitu suatu desain penelitian yang melibatkan satu kelompok atau satu subjek penelitian yang diukur tingkat perilaku membolosnya sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Penggunaan desain ini dipilih karena dianggap sesuai untuk melihat perubahan perilaku secara langsung setelah intervensi diberikan, meskipun tanpa kelompok pembanding.

Subjek dalam penelitian ini adalah satu orang peserta didik kelas XI SMA Negeri 3 Palangka Raya yang teridentifikasi memiliki tingkat perilaku membolos yang tinggi berdasarkan data absensi dan rekomendasi guru Bimbingan dan Konseling. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui angket perilaku membolos yang disusun menggunakan skala Likert, observasi langsung selama proses pembelajaran, wawancara dengan guru BK, serta dokumentasi berupa catatan kehadiran dan buku kasus siswa. Angket digunakan untuk memperoleh data kuantitatif mengenai tingkat perilaku membolos sebelum dan sesudah perlakuan, sedangkan observasi dan wawancara berfungsi sebagai data pendukung untuk memperkuat temuan penelitian.

Prosedur penelitian dilaksanakan melalui beberapa tahap, yaitu tahap pengukuran awal (*pretest*), pemberian layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior menggunakan teknik *token economy*, dan tahap pengukuran akhir (*posttest*). Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan membandingkan skor pretest dan posttest, serta didukung oleh analisis kualitatif untuk menggambarkan perubahan perilaku yang tampak selama proses layanan berlangsung. Metode ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang utuh mengenai efektivitas intervensi yang diberikan terhadap perubahan perilaku membolos peserta didik.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior melalui teknik *token economy* memberikan dampak positif terhadap penurunan perilaku membolos peserta didik. Berdasarkan perbandingan skor pretest dan posttest, terlihat adanya penurunan tingkat perilaku membolos setelah siswa mengikuti rangkaian layanan konseling kelompok. Perubahan ini ditunjukkan oleh meningkatnya kehadiran siswa di sekolah, kedisiplinan dalam mengikuti pembelajaran, serta kepatuhan terhadap aturan sekolah. Temuan tersebut diperkuat oleh hasil analisis statistik menggunakan uji *paired sample t-test* yang menunjukkan nilai signifikansi di bawah 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa intervensi yang diberikan efektif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori behavioristik yang menyatakan bahwa perilaku individu dapat dibentuk dan diubah melalui proses pembelajaran dengan penguatan (*reinforcement*). Teknik *token economy* berfungsi sebagai penguatan positif yang diberikan setiap kali siswa menunjukkan perilaku yang diharapkan, seperti hadir tepat waktu dan mengikuti pembelajaran secara konsisten. Pemberian token mampu meningkatkan motivasi ekstrinsik siswa, sehingga mendorong terbentuknya perilaku baru yang lebih adaptif. Hal ini sesuai dengan pendapat Skinner yang menegaskan bahwa perilaku yang diberi penguatan positif cenderung akan diulang.

Hasil penelitian ini didukung oleh teori behavioristik yang menyatakan bahwa perilaku individu dapat dibentuk melalui proses belajar dengan pemberian penguatan (*reinforcement*). Teknik *token economy* berfungsi sebagai penguatan positif yang mampu meningkatkan motivasi siswa untuk menampilkan perilaku yang diharapkan, seperti hadir tepat waktu dan mengikuti pelajaran secara konsisten (Skinner, 1953). Pemberian token secara sistematis mendorong terbentuknya kebiasaan baru yang lebih konstruktif, sekaligus membantu peserta didik memahami konsekuensi dari setiap perilaku yang mereka tampilkan.

Tabel 1 Uji Normalitas

Jenis Data	Sig. (p-value)	Keterangan
Pre-test	0,200	Data berdistribusi normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov Test, diperoleh nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,200 untuk data pre-test dan 0,216 untuk data post-test. Kedua nilai tersebut lebih besar daripada taraf signifikansi 0,05,

sehingga dapat disimpulkan bahwa data hasil pre-test dan post-test berdistribusi normal. Hal ini menunjukkan bahwa persebaran data skor perilaku membolos siswa tidak menyimpang secara ekstrem dari distribusi normal, baik sebelum maupun sesudah diberikan perlakuan.

Tabel 2 Hasil Pre-Test

No	Inisial Peserta Didik	Hasil Pre- Test
1	MC	200
2	AD	221
3	DN	224
4	MH	232
Jumlah		877
Rata-rata		219,25

Berdasarkan tabel dan diagram di atas, terlihat bahwa keempat peserta memiliki skor perilaku membolos yang cukup tinggi sebelum diberikan perlakuan. Nilai tertinggi diperoleh oleh peserta dengan inisial MH sebesar 232, sedangkan nilai terendah diperoleh oleh MC sebesar 200. Rata-rata skor pre-test sebesar 219,25 menunjukkan bahwa secara umum, tingkat perilaku membolos peserta masih tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa para peserta belum memiliki disiplin dan tanggung jawab yang baik dalam mengikuti kegiatan belajar di sekolah. Oleh karena itu, dibutuhkan intervensi berupa layanan konseling kelompok dengan teknik Token Economy untuk membantu menurunkan tingkat perilaku membolos tersebut.

Tabel 3 Hasil Post-Test

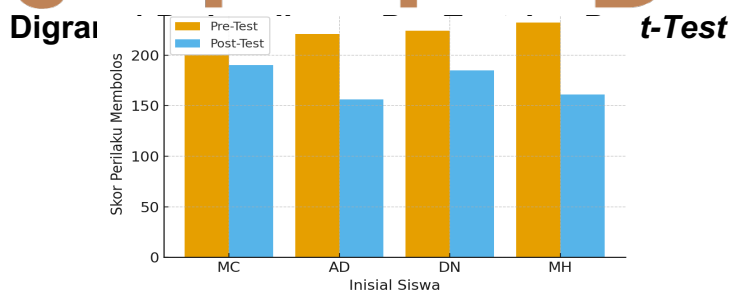
No	Inisial Peserta Didik	Hasil Post- Test
1	MC	190
2	AD	156
3	DN	185
4	MH	161
Jumlah		692
Rata-rata		173

Berdasarkan hasil analisis data post-test, diperoleh informasi bahwa setelah peserta didik mengikuti layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior dan teknik Token Economy, terjadi penurunan skor perilaku membolos pada seluruh peserta. Nilai rata-rata post-test sebesar 173, lebih rendah dibandingkan nilai rata-rata pre-test sebesar 219,25. Peserta dengan inisial MH mengalami penurunan skor terbesar, yaitu dari 232 menjadi 161, sedangkan penurunan terkecil terjadi pada peserta MC, yaitu dari 200 menjadi 190. Hasil ini menunjukkan adanya perubahan perilaku yang positif setelah dilaksanakan perlakuan.

Tabel 4 Hasil Uji t Sampel *Paried Test*

Statistik	Nilai
t hitung (t-value)	3,318
Sig. (p-value)	0,045
Taraf Signifikansi	0,05
Jumlah Responden	4

Hasil uji *Paired Sample t-test* menunjukkan nilai t-hitung sebesar 3,318 dengan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,045 yang lebih kecil dari taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test setelah pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan Behavior menggunakan teknik Token Economy. Hasil ini menandakan bahwa intervensi konseling yang diberikan memiliki pengaruh nyata terhadap perubahan perilaku membolos peserta didik.



Berdasarkan diagram perbandingan skor perilaku membolos, terlihat adanya perbedaan yang jelas antara hasil pre-test dan post-test pada seluruh responden, yaitu siswa dengan inisial MC, AD, DN, dan MH. Secara umum, skor pre-test menunjukkan tingkat perilaku membolos yang relatif tinggi pada keempat siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior melalui teknik token economy. Kondisi ini menggambarkan bahwa sebelum intervensi, siswa masih memiliki kedisiplinan yang rendah dan kecenderungan kuat untuk tidak mengikuti kegiatan pembelajaran secara teratur.

Selanjutnya, berdasarkan hasil post-test, diketahui bahwa seluruh siswa mengalami penurunan skor perilaku membolos setelah mengikuti layanan konseling kelompok. Penurunan skor tersebut menunjukkan adanya perubahan perilaku ke arah yang lebih positif, meskipun besar penurunan yang dialami setiap siswa berbeda-beda. Siswa dengan inisial MH dan AD memperlihatkan penurunan skor yang lebih signifikan dibandingkan siswa lainnya, sedangkan siswa MC menunjukkan penurunan yang relatif lebih kecil. Variasi ini mengindikasikan adanya perbedaan tingkat respons siswa terhadap intervensi yang diberikan.

Secara keseluruhan, diagram tersebut memperlihatkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior menggunakan teknik token economy memberikan dampak positif terhadap penurunan perilaku membolos siswa. Penurunan skor pada seluruh responden menegaskan bahwa pemberian penguatan positif melalui token mampu meningkatkan motivasi, kedisiplinan, dan kesadaran siswa untuk hadir dan mengikuti proses pembelajaran di sekolah.

Tabel 5 Peningkatan Hasil *Pre-Test post-test*

Hasil Post-test	Selisih (Penurunan)	No	Inisial Nama Peserta Didik	Hasil Pre-test
190	10	1	MC	200
156	65	2	AD	221
185	39	3	DN	224
161	71	4	MH	232
692	185			

Rata-rata skor pre-test sebesar 219,25, sedangkan rata-rata skor post-test sebesar 173, dengan penurunan rata-rata sebesar 46,25 poin. Hasil ini menunjukkan bahwa seluruh peserta mengalami penurunan skor perilaku membolos setelah mendapatkan layanan konseling kelompok dengan teknik Token Economy. Perubahan skor ini mengindikasikan peningkatan perilaku positif berupa disiplin, tanggung jawab, dan kesadaran hadir di sekolah (Kamil & Olvatika, 2021).

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior melalui teknik token economy terbukti efektif dalam menurunkan perilaku membolos pada peserta didik.

Penerapan penguatan positif berupa pemberian token mampu mendorong perubahan perilaku siswa ke arah yang lebih adaptif, khususnya dalam meningkatkan kedisiplinan, tanggung jawab, dan motivasi untuk mengikuti kegiatan pembelajaran secara teratur. Hasil analisis data menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, sehingga intervensi yang dilakukan memiliki pengaruh nyata terhadap penurunan perilaku membolos.

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar guru bimbingan dan konseling dapat memanfaatkan teknik token economy sebagai salah satu alternatif layanan konseling kelompok dalam menangani permasalahan perilaku peserta didik di sekolah. Selain itu, pihak sekolah diharapkan dapat mendukung penerapan layanan ini secara berkelanjutan melalui kerja sama antara guru, wali kelas, dan orang tua. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah subjek yang lebih besar serta menggunakan desain penelitian yang lebih kuat agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas dan memperkaya kajian keilmuan di bidang bimbingan dan konseling.

DAFTAR PUSTAKA

- Ghozali, I. (2020). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gunarsa, S. D. (2002). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Kartono, K. (2003). *Psikologi abnormal dan abnormalitas seksual*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Kamil, I., & Olvatika, M. (2021). Penggunaan teknik modifikasi perilaku dalam layanan bimbingan dan konseling. *Jurnal Pendidikan*, 12(3), 45–52.
- Mahmudah, S. (2013). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Prayitno. (2008). *Layanan bimbingan dan konseling di sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York, NY: The Free Press.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyo. (2008). *Pendidikan anak bermasalah*. Jakarta: PT Grasindo.
- Suryosubroto, B. (2009). *Proses belajar mengajar di sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yunanto, T., Tawil, M., & Putro, K. Z. (2021). Token economy sebagai teknik modifikasi perilaku dalam layanan konseling. *Jurnal Konseling Indonesia*, 7(2), 112–123.