

Efektivitas Token Economy dalam Membentuk Disiplin Akademik Anak Usia Dini dengan ADHD

Dian Kristin N Manullang¹, Estrella Lamria Zevanya Hutapea², Henrik Tuka³, Melda Rumia Rosmery Simorangkir⁴

Universitas Kristen Indonesia

E-mail : diankristinmanullang@gmail.com , estrella.zevanyah@gmail.com
hendriktuka@gmail.com , meldasimorangkir82@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas token economy dalam membentuk disiplin akademik anak usia dini dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). Peserta didik dengan ADHD seringkali mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus, mengontrol impulsivitas, serta mengikuti aturan pembelajaran, yang berdampak pada rendahnya disiplin akademik. Token economy, sebagai bentuk intervensi perilaku berbasis reinforcement, telah terbukti secara signifikan meningkatkan perilaku positif anak dengan ADHD melalui pemberian token yang dapat ditukar dengan reward. Penelitian ini menggunakan metode literature review terhadap berbagai jurnal nasional dan internasional yang relevan, dan menganalisis efektivitas token economy dalam meningkatkan fokus belajar, kepatuhan instruksi, dan pengurangan perilaku mengganggu. Hasil kajian menunjukkan bahwa token economy efektif dalam membentuk kebiasaan disiplin secara bertahap, terutama ketika diterapkan secara konsisten dengan dukungan orang tua dan guru. Meski demikian, tantangan seperti ketergantungan pada reward dan kurangnya internalisasi nilai disiplin tetap perlu menjadi perhatian. Oleh karena itu, dibutuhkan strategi pendamping seperti shaping, prompt verbal, serta penguatan intrinsik agar efek jangka panjang dari token economy dapat tercapai secara optimal.

Kata Kunci :

Token economy;
ADHD; disiplin
akademik; anak usia dini;
modifikasi perilaku

PENDAHULUAN

Peserta didik dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) kerap mengalami kendala signifikan dalam mempertahankan disiplin akademik, yang utamanya disebabkan oleh gangguan dalam memusatkan perhatian, mengelola perilaku diri, serta menaati peraturan pembelajaran di lingkungan kelas. Anak dengan ADHD umumnya menunjukkan kecenderungan mudah merasa bosan, bersifat impulsif, dan memiliki rentang perhatian yang terbatas, sehingga sulit untuk mengikuti proses pembelajaran secara konsisten dan berkelanjutan (Karlenata & Mutiara, 2024). Kondisi tersebut menghambat capaian akademik tidak hanya dari sisi kognitif, tetapi juga aspek perilaku (Agustina & Mukarromah, 2021). Bahkan dalam suasana belajar yang telah diatur secara optimal, anak dapat berpindah dari satu aktivitas ke aktivitas lainnya tanpa menyelesaikan tugas, atau justru mengganggu rekan sekelas akibat dorongan impulsif yang tidak terkendali. Hal ini kerap menimbulkan tantangan bagi pendidik, mengingat pendekatan pembelajaran konvensional umumnya kurang efektif dalam menangani kebutuhan khusus anak ADHD. Oleh karena itu, diperlukan strategi intervensi yang bersifat adaptif, seperti pemanfaatan media visual yang menarik serta penyisipan aktivitas fisik singkat (brain breaks), agar anak tetap fokus dan termotivasi dalam proses belajar (Hija & Harsiwi, 2024). Tanpa adanya pemahaman yang komprehensif serta pendekatan pedagogis yang tepat, peserta didik dengan ADHD berisiko mengalami pola kegagalan yang berulang, ditandai dengan meningkatnya frekuensi teguran akibat pelanggaran aturan, menurunnya motivasi belajar, dan makin rendahnya tingkat disiplin akademik yang dapat dipertahankan.

Dalam upaya merespons tantangan tersebut, token economy hadir sebagai strategi intervensi yang membawa angin segar dalam pendekatan pendidikan anak ADHD. Token economy itu ibarat sistem "tabungan kebaikan" yang bikin anak-anak semangat berperilaku positif. Ketika mereka mengantri dengan tertib, membuang sampah pada tempatnya, atau duduk tenang saat belajar, mereka dapat "hadiah kecil" berupa token (Lismayani dkk, 2024). Lama-lama token ini bisa ditukar dengan sesuatu yang mereka suka, misalnya mainan kecil atau waktu bermain tambahan. Penelitian oleh (Febrilla 2025) menunjukkan bahwa token economy efektif banget untuk meningkatkan perilaku mengantri pada anak usia dini. Anak-anak jadi lebih sabar, tahu giliran, dan belajar tertib secara menyenangkan di sekolah. Bukan cuma untuk anak biasa, strategi ini juga jitu diterapkan ke anak dengan ADHD (Syafiin & Dwiputri 2021) menemukan bahwa token economy bisa membantu anak ADHD lebih disiplin, fokus mengerjakan tugas, dan mengurangi perilaku hiperaktif seperti lari-lari atau sulit duduk tenang. Setelah menjalani intervensi token economy, perilaku positif anak jadi lebih stabil dan konsisten, apalagi kalau guru dan orang tua juga ikut mendukung dengan pendekatan yang konsisten dan positif, token economy bukan cuma soal hadiah, tapi juga soal membangun kebiasaan baik yang bisa bertahan lama.

Secara konseptual, token economy adalah metode intervensi yang menggabungkan prinsip reinforcement dari teori behaviorisme. Dalam metode ini, anak diberikan token bisa berupa stiker, bintang, atau benda kecil lainnya setiap kali mereka menunjukkan perilaku positif seperti mengantri dengan tertib, menyelesaikan tugas, atau membuang sampah pada tempatnya. Token tersebut nantinya dapat ditukar dengan hadiah yang mereka inginkan. Strategi ini terbukti meningkatkan kedisiplinan anak secara signifikan karena mereka termotivasi oleh penghargaan yang konkret dan langsung dirasakan. Pada penelitian oleh (Rafika Febrilla 2025), token economy berhasil meningkatkan perilaku disiplin dalam bentuk mengantri pada anak-anak TK. Intervensi dilakukan dengan permainan menyenangkan yang mengandung nilai disiplin, sehingga anak tidak hanya belajar, tapi juga merasa senang melakukannya.

Sementara itu, dalam konteks anak ADHD, penelitian oleh (Syafiin & Dwiputri 2021) menunjukkan bahwa penerapan token economy membantu anak menjadi lebih patuh terhadap aturan, mampu duduk diam saat belajar, serta fokus dalam menyelesaikan tugas. Bahkan perilaku impulsif seperti lari-lari dan bicara terus menerus mulai berkurang setelah intervensi dilakukan secara konsisten. Hal ini menjadi indikator kuat bahwa strategi ini layak untuk dijadikan fokus intervensi dalam ranah pendidikan inklusif, terutama pada fase usia dini yang krusial untuk pembentukan kebiasaan.

Namun, di balik efektivitas token economy yang sudah terbukti dalam berbagai studi, masih terdapat kesenjangan penelitian yang perlu ditelaah lebih dalam. Modifikasi perilaku anak dengan sindrom ADHD bukanlah sesuatu yang bisa dilakukan dengan instan, menegakkan aturan dan membangun rutinitas adalah hal yang membutuhkan waktu yang lama terkhusus untuk anak ADHD. Namun efektivitas suatu sistem modifikasi perilaku tidak dilihat dari lamanya proses yang dilalui, melainkan dampak yang diberikan dan efek jangka panjang yang dirasakan oleh anak.

Hal demikian juga berlaku pada token economy dimana proses yang dilalui selama masa terapi sangat penting dalam kemajuan anak. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Syafiin & Nandhia, 2021) menjelaskan bahwa waktu yang mereka butuhkan untuk menguji efektivitas token economy adalah 18 hari dan dibagi pada 2 fase untuk mengetahui progress yang diterima anak pada saat penerapan token economy. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Irianjani &

Rohmah, 2020) penerapan token economy efektif dalam meningkatkan fokus dan perhatian anak sebanyak 40% yang semula hanya 5 menit menjadi 7 menit pada sesi pertama, kemudian pada sesi kedua penerapan token economy menunjukkan hasil yang lebih baik dengan perkembangan 85% dari sesi pertama yang semula 7 menit menjadi 13 menit.

Penerapan token economy dapat diperkuat dengan adanya hadiah yang diterima agar anak dapat termotivasi untuk terus mengulang perilaku yang diharapkan hingga membangun kebiasaan untuk melakukannya meskipun tidak diberi hadiah lagi. Hal ini sejalan dengan teori B. F Leeder, T. M. (2022) tentang prinsip Operant Conditioning dimana modifikasi perilaku dapat dibentuk melalui konsekuensi baik positif atau negatif (Leeder, T. M. (2022)).

Berangkat dari latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Seberapa efektif token economy dalam meningkatkan disiplin akademik anak ADHD? Metode token economy terbukti efektif dalam meningkatkan disiplin akademik pada anak dengan ADHD, khususnya dalam aspek fokus belajar, kepatuhan terhadap instruksi, dan pengurangan perilaku mengganggu. Penelitian Widihapsari dan Yoenanto (2021) menunjukkan bahwa penerapan token economy mampu meningkatkan durasi perilaku fokus (on-task behavior) anak ADHD dari 3 menit menjadi 16 menit selama intervensi, melalui penguatan berupa token yang diberikan setiap kali anak menunjukkan perilaku belajar yang sesuai.

Hal serupa juga ditemukan oleh Hidayat (2021), yang melaporkan bahwa token economy berhasil menurunkan perilaku hiperaktif seperti berlari-lari dan kesulitan duduk tenang, sehingga anak dapat mengikuti kegiatan belajar secara lebih tertib. Selain itu, meskipun diterapkan pada anak dengan tunagrahita, penelitian Rohmah dan Hidayati (2022) menguatkan bahwa token economy efektif dalam membentuk perilaku positif secara konsisten melalui sistem penguatan langsung yang dapat ditukar dengan hadiah. Ketiga temuan ini mengindikasikan bahwa token economy merupakan metode yang adaptif dan potensial dalam membentuk perilaku akademik yang lebih disiplin pada anak-anak berkebutuhan khusus, termasuk anak dengan ADHD.

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dibahas. Penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut: Menelaah efektivitas penerapan token economy pada anak dengan sindrom ADHD dalam meningkatkan kedisiplinan akademik, fokus belajar, kepatuhan terhadap instruksi, serta mengurangi perilaku mengganggu, berdasarkan kajian terhadap hasil-hasil penelitian yang telah ada. Mengetahui bagaimana Token Economy diterapkan dan menetapkan faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan penerapan Token Economy. Memberikan gambaran terhadap efektivitas Token Economy dalam membentuk disiplin akademik anak yang memiliki sindrom ADHD.

Manfaat dari penelitian ini juga dirasakan secara langsung oleh para pendidik. Panduan penerapan token economy sebagai bagian dari strategi modifikasi perilaku terbukti efektif membantu anak-anak dengan ADHD untuk meningkatkan konsentrasi dan durasi perilaku positif di lingkungan belajar. Ini sangat penting bagi pendidik, terutama guru pendidikan khusus, guru kelas inklusi, dan orang tua sebagai pendamping belajar anak. Teknik shaping dianggap efektif dalam membentuk perilaku adaptif secara bertahap, dan ini sesuai dengan kebutuhan anak ADHD yang membutuhkan waktu untuk meningkatkan durasi atensinya secara bertahap (Widihapsari & Yoenanto, 2021). Intervensi yang dilakukan dengan token economy memberikan pengaruh positif terhadap konsentrasi belajar anak ADHD (Norkhalisah dkk., 2024).

Bagi orang tua, dalam penerapan teknik token economy, peran orang tua sangat penting, tidak hanya sebagai pengamat, tapi juga sebagai pendamping dan pelaksana program di

rumah. Penelitian menunjukkan bahwa ketika orang tua terlibat aktif dan memahami metode ini, maka keberhasilan program akan meningkat secara signifikan. Orang tua masih harus mendampingi subjek secara terus menerus dan memberikan prompt verbal agar ia bisa kembali berfokus pada tugasnya (Widihapsari & Yoenanto, 2021, hlm. 67). Teknik token ekonomi dalam modifikasi perilaku merupakan teknik yang mudah dilakukan oleh siapa saja termasuk orang tua anak (Norkhalisah dkk., 2024, hlm. 12). Pemahaman mereka tentang fungsi token sebagai penguat positif memungkinkan intervensi berlangsung lebih efektif di rumah. Orang tua memahami bahwa reward tidak harus mahal, melainkan bisa berupa waktu bermain, stiker, atau perhatian sosial (pujian).

Sedangkan bagi penelitian selanjutnya, metode token economy semakin banyak dipahami dan dikembangkan oleh para peneliti sebagai salah satu bentuk modifikasi perilaku yang praktis, terukur, dan aplikatif untuk anak dengan kebutuhan khusus, terutama anak dengan ADHD. Dalam penelitian-penelitian terbaru, token economy tidak hanya dianggap efektif, tetapi juga mudah diadaptasi dan dikombinasikan dengan pendekatan lain seperti teknik shaping, prompt verbal, dan media visual. Para peneliti memahami bahwa token economy efektif untuk membentuk on-task behavior pada anak ADHD, cocok dikombinasikan dengan teknik shaping, prompt verbal, dan media visual, efektif jika diberikan secara langsung dan konsisten.

Peneliti memahami bahwa efektivitas token economy bisa ditingkatkan bila dikombinasikan dengan teknik pembentukan perilaku bertahap (shaping). Teknik shaping dianggap efektif dalam membentuk perilaku adaptif secara bertahap, dan ini sesuai dengan kebutuhan anak ADHD tipe inattentive yang membutuhkan waktu untuk meningkatkan durasi atensinya secara bertahap (Widihapsari & Yoenanto, 2021). Teknik token ekonomi dalam modifikasi perilaku merupakan teknik yang mudah dilakukan oleh siapa saja termasuk orang tua anak (Norkhalisah dkk., 2024).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode literature review untuk mengevaluasi efektivitas token economy dalam membentuk disiplin akademik anak usia dini dengan ADHD. Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menelaah dan menyintesis temuan dari berbagai literatur ilmiah secara sistematis dan mendalam.

Sumber data berasal dari artikel jurnal nasional dan internasional yang relevan, buku, serta laporan penelitian akademik yang membahas tentang ADHD, token economy, dan modifikasi perilaku anak usia dini. Di antaranya adalah jurnal dari Murniati dkk. (2024) yang menggunakan strategi pencarian sistematis melalui Google Scholar, PubMed, dan ResearchGate dengan kata kunci terfokus seperti "ADHD", serta jurnal oleh Putri dkk. (2024) yang meninjau 30 artikel ilmiah mengenai intervensi hiperaktivitas anak ADHD dengan teknik terapi tertentu.

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis isi (content analysis). Melalui pendekatan ini, peneliti mengidentifikasi pola, tema utama, dan simpulan dari berbagai hasil studi yang telah dipublikasikan. Strategi ini memungkinkan peneliti merumuskan sintesis yang relevan dan dapat dipertanggungjawabkan secara akademik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sistem token economy telah menjadi salah satu pendekatan intervensi perilaku yang banyak diterapkan dalam konteks pendidikan anak dengan ADHD, terutama untuk membentuk

disiplin akademik sejak usia dini. Dalam prinsip dasarnya, token economy bekerja dengan memberikan simbol penghargaan yang dapat ditukar dengan hadiah, membentuk struktur pembelajaran yang jelas dan memberikan arah terhadap perilaku yang diharapkan. “Anak dengan ADHD cenderung mengalami kesulitan dalam mempertahankan perhatian, mengelola impulsivitas, serta mengikuti aturan pembelajaran secara konsisten,” sehingga sistem ini hadir sebagai solusi konkret untuk menanamkan kedisiplinan melalui cara yang lebih terstruktur dan menarik (Magdalena dkk., 2024). Bahkan, pendekatan ini dapat dipadukan dengan metode multisensori untuk menyesuaikan dengan gaya belajar anak ADHD dan meningkatkan motivasi serta regulasi diri mereka (Hikmah dkk., 2025).

Dalam praktiknya, penerapan token economy terbukti mampu meningkatkan fokus dan keterlibatan anak ADHD dalam proses pembelajaran. Seperti yang dijelaskan dalam penelitian oleh Syafiin & Nandhia (2021), proses penerapan token economy selama 18 hari yang dibagi dalam dua fase menunjukkan hasil signifikan dalam perkembangan fokus anak. Penelitian lain oleh Irianjani & Rohmah (2020) menunjukkan peningkatan waktu fokus dari 5 menit menjadi 13 menit pada sesi kedua, menandakan efektivitas token economy dalam menciptakan perubahan perilaku yang nyata. Hal ini sesuai dengan prinsip Operant Conditioning menurut Leeder, T. M. (2022) yang menyebutkan bahwa “modifikasi perilaku dapat dibentuk melalui konsekuensi baik positif atau negatif,” memperkuat posisi token economy sebagai pendekatan efektif untuk membentuk kebiasaan akademik anak ADHD.

Meskipun demikian, sistem token economy tidak terlepas dari berbagai tantangan dan keterbatasan. Ketergantungan anak pada reward atau token bisa menjadi masalah jangka panjang, di mana motivasi anak bersumber dari faktor eksternal, bukan dari kesadaran diri. Seperti yang diungkapkan Astuti dkk. (2022), “penggunaan media sosial yang terlalu berlebihan menimbulkan perbandingan sosial... dan jika kondisi ini dibiarkan terus menerus maka akan berpengaruh pada kesehatan mental mereka,” mengindikasikan potensi dampak negatif dari ketergantungan terhadap validasi eksternal. Dalam konteks token economy, anak bisa jadi hanya mengejar hadiah tanpa memahami makna dari kedisiplinan itu sendiri. Bahkan, “motivasi yang tidak berasal dari dalam diri mudah luntur saat rangsangan eksternal hilang” (Albari, 2024), memperkuat kerentanan sistem ini apabila tidak diimbangi dengan strategi internalisasi nilai-nilai disiplin.

Selain itu, muncul kemungkinan bahwa anak hanya menampilkan perilaku disiplin secara superficial demi mendapatkan hadiah. Paparan terhadap token economy yang tidak dibarengi dengan pendampingan nilai-nilai bisa menghasilkan perilaku yang manipulatif. Seperti yang dijelaskan oleh Albari (2024), “paparan konten sosial media bisa membuat seseorang tampil ‘baik’ demi pengakuan, tapi sebenarnya merasa tidak puas dan tertekan.” Hal ini sejalan dengan pandangan Astuti dkk. (2022) bahwa “pertemanan di dunia maya... tidak benar-benar menghadirkan kehangatan di dunia nyata,” menandakan adanya potensi pemisahan antara perilaku tampak dan niat intrinsik, termasuk dalam konteks penerapan token economy pada anak ADHD.

Keberhasilan token economy sangat bergantung pada konsistensi penerapannya. Seperti yang disampaikan oleh PRABANINGSIH (2019), aturan dalam program token economy harus dijalankan dengan konsisten, termasuk penggunaan token yang cepat dan mudah diberikan, pemberian pujian saat token diberikan, serta penyusunan syarat memperoleh token yang jelas dan mudah dipahami anak. “Apabila perilaku positif yang ditargetkan sudah mulai terbentuk secara konsisten, maka pemberian token dapat dikurangi secara bertahap

sebagai bagian dari proses pembentukan kemandirian anak,” menunjukkan pentingnya keberlanjutan dan penyesuaian sistem seiring perkembangan anak.

Tidak kalah pentingnya adalah pemilihan jenis reward dan metode pemberiannya. Reward yang diberikan harus menarik, bermakna, dan sesuai dengan minat anak. Dalam studi Irianjani dan Rohmah (2020), reward berupa stiker bintang ditukar dengan mainan atau aktivitas favorit anak. Sementara itu, sistem akumulasi poin seperti yang diterapkan oleh Erdyanto dan Andriani (2024) membuat anak termotivasi untuk terus mengumpulkan token demi hadiah yang lebih besar. Dalam token economy, “efektivitas reward sangat bergantung pada integrasi antara penguatan perilaku dengan sistem yang adil dan terstruktur,” (Sunyaev et al., 2021), memperlihatkan betapa pentingnya perancangan sistem yang menyeluruh dan terarah dalam membentuk perilaku disiplin.

Penerapan token economy juga membutuhkan keterlibatan aktif dari guru dan orang tua sebagai bagian dari sistem yang saling mendukung. Dalam penelitian Fadillah dan Pranungsari (2023), disebutkan bahwa “orang tua dan guru berperan penting dalam mengobservasi, memberikan penguatan, serta menjaga konsistensi intervensi.” Orang tua sebagai pemberi token di rumah memegang peranan penting dalam mengontrol perilaku anak, sedangkan guru membantu memberikan informasi awal mengenai perilaku anak di sekolah. Kolaborasi ini memungkinkan proses intervensi berjalan secara harmonis dan kontekstual, karena “terjadinya perubahan-perubahan positif pada subjek dapat terjadi karena adanya dukungan yang besar dari orang tua terutama ibu terkait proses intervensi” (hlm. 10702).

Studi Widihapsari & Yoenanto (2021) dan Erinasari dkk., (2024) menunjukkan bahwa token economy mampu memberikan hasil nyata terhadap peningkatan fokus dan penurunan perilaku impulsif. Durasi perilaku on-task meningkat dari 3 menjadi 13 menit, dan penggunaan strategi seperti teguran serta positive reinforcement mendukung keteraturan perilaku anak. Token yang disesuaikan dengan minat anak menciptakan motivasi belajar yang lebih terarah, apalagi jika disertai strategi tambahan seperti pujian dan media visual. Efektivitas sistem ini meningkat saat lingkungan belajar kondusif dan strategi dijalankan secara konsisten.

Namun demikian, hasil yang menjanjikan tidak berarti bebas dari kekurangan. Studi Afridah (2021, 2020) menekankan pentingnya keterlibatan orang tua dan guru dalam menjaga keberlanjutan token economy. Tanpa itu, intervensi bisa kehilangan efektivitas. Bahkan, pada beberapa kasus, anak menjadi terlalu tergantung pada hadiah dan menunjukkan respons yang berbeda terhadap reward tertentu, sehingga memerlukan adaptasi sistem secara individual. “Intervensi berbasis token economy memerlukan dukungan lingkungan yang memadai serta pelatihan khusus bagi pelaksana,” dan hal ini menandakan bahwa pendekatan ini bukan solusi instan, melainkan strategi yang menuntut komitmen dan pemahaman menyeluruh.

Dalam membandingkan token economy dengan metode penguatan perilaku lainnya, ditemukan bahwa token economy memiliki keunggulan karena bersifat konkret dan visual. Menurut Deri (2021), “token ekonomi membuat siswa menjadi lebih termotivasi karena adanya hadiah yang jelas dan langsung atas perilaku yang baik.” Sebaliknya, metode seperti penguatan verbal dinilai kurang menarik perhatian anak ADHD. Temuan Afisa (2018) menguatkan bahwa anak ADHD lebih tertarik dengan reward yang tangible dan dapat dirasakan langsung, yang penting untuk mempertahankan fokus mereka.

Penelitian oleh Putri, Hartini, dan Suyanti (2024) juga menemukan bahwa anak ADHD umumnya hanya mampu berkonsentrasi selama 2–6 menit, dan metode konvensional seperti arahan lisan dari guru tidak cukup untuk mempertahankan perhatian mereka. Dalam hal ini, token economy memberikan struktur tambahan dan motivasi konkret yang membuat anak

lebih tertarik dan fokus pada pembelajaran. “Token economy menawarkan struktur dan motivasi tambahan yang mampu menangkap perhatian anak ADHD lebih efektif,” karena reward-nya langsung dan bermakna bagi anak.

Secara keseluruhan, token economy dapat dikatakan efektif dalam membentuk disiplin akademik anak usia dini dengan ADHD, terutama jika diterapkan dengan konsisten, didukung oleh reward yang sesuai, dan melibatkan kolaborasi antara guru dan orang tua. Sistem ini mampu menjawab kebutuhan anak yang mengalami kesulitan dalam fokus dan regulasi diri, melalui struktur yang jelas dan penghargaan yang nyata. Seperti yang dinyatakan oleh Leeder, T. M. (2022), “modifikasi perilaku dapat dibentuk melalui konsekuensi baik positif atau negatif,” memperlihatkan bahwa keberhasilan token economy sangat dipengaruhi oleh penguatan positif yang sistematis dan terarah.

Implikasi dari penerapan token economy dalam pendidikan anak usia dini menunjukkan bahwa pendekatan ini tidak hanya dapat diterapkan dalam lingkungan sekolah, tetapi juga berdampak pada aspek perkembangan lainnya. “Token economy menawarkan struktur dan motivasi tambahan yang mampu menangkap perhatian anak ADHD lebih efektif,” terutama saat reward bersifat konkret dan berkaitan dengan minat anak (Putri, Hartini, & Suyanti, 2024). Tidak hanya itu, sistem ini juga dapat meningkatkan keterlibatan emosional anak, menciptakan suasana kelas yang kondusif, serta memperkuat hubungan interpersonal dengan guru dan teman sebaya.

Namun, dalam penerapannya, pendekatan token economy harus dijalankan secara hati-hati dan adaptif. Guru dan orang tua perlu melakukan evaluasi berkala untuk memastikan bahwa sistem tetap relevan dan tidak menimbulkan ketergantungan pada hadiah semata. Seperti diungkapkan oleh Sunyaev et al. (2021), “efektivitas reward sangat bergantung pada integrasi antara penguatan perilaku dengan sistem yang adil dan terstruktur,” yang menandakan bahwa tanpa pengelolaan yang matang, token economy bisa kehilangan fungsinya dalam jangka panjang. Karena itu, kolaborasi dan kesadaran penuh dari pihak pendidik menjadi kunci utama dalam keberhasilan metode ini.

Dengan demikian, token economy bukan hanya strategi modifikasi perilaku, tetapi juga merupakan pendekatan pendidikan yang menuntut sensitivitas, ketekunan, dan kolaborasi. Ketika dijalankan secara konsisten dan penuh empati, metode ini berpotensi besar dalam membentuk disiplin akademik serta perkembangan kepribadian anak ADHD secara lebih menyeluruh Aviani, (2023). Dukungan dari orang tua, guru, dan lingkungan yang memahami kebutuhan anak menjadi fondasi penting dalam mengoptimalkan efektivitas token economy, sehingga mampu membekali anak dengan keterampilan hidup yang esensial sejak usia dini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan token economy terbukti efektif dalam membentuk disiplin akademik anak usia dini dengan ADHD. Strategi ini mampu meningkatkan fokus belajar, kepatuhan terhadap instruksi, serta mengurangi perilaku impulsif seperti lari-lari atau sulit duduk diam. Token economy bekerja melalui prinsip penguatan positif (positive reinforcement) yang memberikan token sebagai bentuk penghargaan terhadap perilaku positif, yang kemudian ditukar dengan reward sesuai minat anak.

Meskipun demikian, keberhasilan penerapan token economy sangat bergantung pada konsistensi pelaksanaan, pemilihan reward yang sesuai, serta keterlibatan aktif guru dan orang tua. Efektivitas sistem ini juga dapat ditingkatkan melalui kombinasi dengan teknik lain seperti

shaping, prompt verbal, dan penggunaan media visual. Selain itu, penting untuk mengantisipasi potensi ketergantungan anak terhadap reward, dengan secara bertahap menginternalisasi nilai-nilai disiplin hingga anak mampu mempertahankan perilaku positif tanpa penguatan eksternal.

Dengan pendekatan yang tepat dan kolaboratif, token economy dapat menjadi intervensi yang adaptif, menyenangkan, dan berkelanjutan dalam membentuk kebiasaan akademik positif pada anak-anak ADHD, khususnya pada tahap usia dini yang krusial untuk pembentukan perilaku.

Referensi

- Afisa, D. (2018). Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa ADHD dengan Menggunakan Teknik Token Economic. Universitas Negeri Jakarta.
- Afridah, M. (2020). Efektivitas Contingency Management dalam Terapi Perilaku untuk Menurunkan Gejala Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktif pada Anak Sekolah Dasar. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 3(1), 1-14.
- Afridah, M. (2021). Efektivitas Metode Token Economy dalam Terapi Perilaku untuk Menurunkan Gejala Hambatan Perkembangan Sosial pada Anak Usia Dini. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 4(1), 11-24.
- Agustina, P., & Mukarromah, T. T. (2021). Efektivitas Teknik Modifikasi Perilaku Token Economy Terhadap Perilaku Disiplin Anak Usia Dini. *CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*.
- Ahmad Syafiin, & Masayu Nandhia Dwiputri. (2021). Token Ekonomi untuk Meningkatkan Sikap Disiplin pada Anak. *Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan IV*, 179-182.
- Albari, R. R. (2024). Pengaruh Media Sosial terhadap Kesehatan Mental Generasi Z di Era Globalisasi. *Seminar Nasional Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan*.
- Astuti, S. W., Nuraeni, R., & Rina, N. (2022). Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Pasca Pandemi Covid. *PROMEDIA*, 8(2), 220–240.
- Aviani, Y. I. (2023). The Effectiveness of the Token Economy Method for Disciplining Children at Age 3-8 Years. *Literasi Nusantara*, 3(3), 95-105.
- Deri, N. (2021). Analisis Penerapan Token Ekonomi Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa ADHD. Universitas Negeri Jakarta.
- Erdyanto, E. F., & Andriani, F. (2024). The Effectiveness of Economic Tokens to Increase Attention in Children with ADHD. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(2), 212-218.
- Erinasari, R., Astriani, D., Suatin, W., & Mufidah, A. C. (2024). Penerapan Teknik TEGAR (Teguran dan Positive Reinforcement) untuk Mengurangi Perilaku Impulsif pada Anak dengan Attention-Deficit Hiperactivity Disorder (ADHD). *Journal Ashil: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 215-232.
- Fadillah, A. O., & Pranungsari, D. (2023). Penerapan Token Ekonomi untuk Meningkatkan Sustained Attention pada Anak ADHD. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(12), 10697–10703.
- Hartini, N., Widyasari, C., & Sholihah, M. A. (2023, August). Increase Cooperation Through Token Economy Techniques for Early Childhood 4–6 Years Old. In *International Conference on Learning and Advanced Education (ICOLAE 2022)* (pp. 1497-1505). Atlantis Press.

- Hidayat, U. W. (2021). Token ekonomi sebagai perlakuan menurunkan perilaku hiperaktif pada anak dengan attention deficit hyperactivity disorder. *Procedia: Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, 9(3), 083-087.
- Hidayati, B. M. R., & Rohmah, O. (2022). Token Economy as the Intervention of Self-Injurious Behavior in Students with Mental Retardation. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 7(2), 171-183.
- Hija, Q. M., & Harsiwi, N. E. (2024). Kolaborasi antar guru dalam mendukung proses pembelajaran siswa berkebutuhan khusus ADHD. *Abuya: Jurnal Pendidikan Dasar*, 2(2), 1-16.
- Hikmah, N., Najah, S. S., Subagyo, S., & Siregar, Y. E. Y. (2025). Pengaruh metode pembelajaran multisensori terhadap peningkatan keterampilan sosial anak dengan ADHD. *Jurnal Inovasi Pendidikan Kreatif*, 6(1).
- Irianjani, N. D., & Rohmah, F. A. (2020). Applying token economy to improve attention of child with ADHD. *Journal of Early Childhood Care and Education*, 3(1), 1.
- Karlenata, H., & Mutiara, Z. T. (2024). Pembelajaran pada anak ADHD. *EJIP: Educational Journal of Innovation and Publication*, 3(1), 37-51.
- Leeder, T. M. (2022). Behaviorism, Skinner, and Operant Conditioning: Considerations for Sport Coaching Practice. *Strategies*, 35(3), 27-32.
- Lismayani, A., Rusmayadi, R., Amriani, S. R., & Dzulfadhilah, F. (2024). Penerapan Token Ekonomi dalam Meningkatkan Perilaku Prososial Anak Usia Dini. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 09(02).
- Magdalena, F. F., Mujtaba, I., & Damayanti, A. (2024). Penanganan Optimal untuk Anak dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) di KB-TK Lab School Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jakarta. *SEMNASFIP*.
- Murniati, R., Sholihatin, I., & Khalda, Y. I. (2024). Diagnose and Treatment of ADHD in Adult Woman: A Literature Review. *Jurnal Biologi Tropis*, 24(1b), 335-341.
- Norkhalisah, N., Mirnawati, M., & Adhim, F. (2024). Efektivitas Teknik Token Ekonomi untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Anak ADHD. *Journal of Disability Studies in Education and Sport*, 1(1), 10-18.
- Noviyanti, M. W., & Wahyuningsih, M. R. (2024). Penerapan Token Ekonomi untuk Meningkatkan Kedisiplinan dan Kemandirian Anak Usia 4-5 Tahun. *Jurnal Inovasi, Evaluasi dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, 4(1), 141-148.
- Prabaningsih, S. (2019). Penerapan Teknik Token Ekonomi untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMPN 1 Sungguminasa Kab. Gowa. Universitas Negeri Makassar.
- Putri, C. M., Hartini, & Suyanti. (2024). Konsentrasi Belajar Siswa ADHD di Sekolah Dasar. *Prosiding Konferensi Ilmiah Dasar, Universitas PGRI Madiun*.
- Putri, N. T., Asthiningsih, N. W. W., & Milkhatun, M. (2024). Pengaruh Music Therapy terhadap Penurunan Hiperaktivitas pada Anak dengan Gangguan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD): Literature Review. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 4(1), 7-17.
- Sunyaev, A., Kannengießer, N., Beck, R., Treiblmaier, H., Lacity, M., Kranz, J., ... & Luckow, A. (2021). Token economy. *Business & Information Systems Engineering*, 63(4), 457-478.
- Widihapsari, I. A. G. K., & Yoenanto, N. H. (2021). Aplikasi Teknik Shaping dan Token Ekonomi untuk Meningkatkan Durasi Perilaku On-Task pada Anak dengan ADHD: The Application of Shaping Technique and Token Economy to Increase On-Task Behavior in a Child with ADHD. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 12(1), 64-80.