

SOCIAL SKILL TRAINING DAN TOKEN ECONOMY PADA ANAK PRASEKOLAH DENGAN MASALAH EXTERNALIZING BEHAVIOR

Emma Fauziah Saragih

Universitas Medan Area, Sumatera Utara

e-mail: emmafauziah@staff.uma.ac.id

Abstract: *Externalizing behavior in preschool children is a common behavioral problem in early childhood education settings and may persist if not addressed at an early stage. This study aimed to examine the effectiveness of Social Skill Training combined with a Token Economy technique in reducing externalizing behavior among preschool children. The study employed a one-group pretest–posttest experimental design. The participants consisted of five preschool children aged six years who exhibited characteristics of externalizing behavior. Behavioral assessment was conducted using the Indonesian version of the Child Behavior Checklist (CBCL), focusing on the aggressive behavior and attention problems domains. The intervention was delivered over eight sessions through modeling, role play, and behavioral reinforcement using a Token Economy system. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results indicated a reduction in externalizing behavior scores among all participants, with a statistically significant difference between pretest and posttest scores ($Z = -2.02$; $p < 0.05$). These findings suggest that Social Skill Training combined with a Token Economy is effective in reducing externalizing behavior in preschool children.*

Keyword: *externalizing behavior; social skill training; token economy; preschool children*

Abstrak: Externalizing behavior pada anak prasekolah merupakan permasalahan perilaku yang sering muncul di lingkungan pendidikan anak usia dini dan berpotensi berlanjut bila tidak ditangani sejak dini. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas Social Skill Training yang dikombinasi dengan Token Economy dalam menurunkan externalizing behavior pada anak prasekolah. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen one-group pretest-posttest. Jumlah partisipan dalam penelitian ini sebanyak lima orang anak prasekolah berusia 6 tahun, dengan karakteristik externalizing behavior. Pengukuran dalam penelitian menggunakan instrumen Child Behavior Checklist (CBCL) versi Indonesia yang difokuskan pada domain agresive behavior dan attention problems. Intervensi diberikan selama delapan sesi, melalui kegiatan modelling, role play serta penguatan perilaku menggunakan Token Economy. Data dianalisis dengan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil analisis menunjukkan adanya penurunan skor externalizing behavior pada ke enam partisipan yang terlihat dari perbedaan signifikan antar skor pretest dan posttest ($z = -2.02$; $p < 0.05$). Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa Social Skill Training yang dikombinasikan dengan Token Economy efektif dalam menurunkan externalizing behavior pada anak prasekolah.

Kata kunci: externalizing behavior; social skill training; token economy; anak prasekolah.

PENDAHULUAN

Externalizing behavior merupakan perilaku bermasalah yang ditampilkan

anak melalui bentuk perilaku agresi fisik atau verbal, ketidakpatuhan terhadap aturan (non-compliance), serta perilaku mengganggu (disruptive behavior).

Bentuk-bentuk perilaku ini pada umumnya muncul pada usia prasekolah dan berpotensi berlanjut ke tahap perkembangan berikutnya, apabila tidak diintervensi dengan tepat sejak dini. Menurut Achenbach (Achenbach, 2019) externalizing behavior pada anak prasekolah terdiri dari dua domain, yaitu aggressive behavior dan attention problems. Kedua domain ini dapat dilihat di setting sekolah maupun di rumah.

Menurut Campbell, et al. (Campbell et al., 2000), kondisi externalizing behavior yang tinggi memiliki korelasi dengan risiko kesulitan dalam hal akademik, penolakan sosial dari lingkungan serta masalah perilaku di masa-masa sekolah. Tanda-tanda externalizing behavior di masa awal perkembangan anak dapat dilihat dari adanya perilaku tidak patuh, perilaku agresif ke teman sebaya, sulit mengelola dorongan/impuls dan berlanjut ke tahap perkembangan berikutnya. Akan tetapi, beberapa fakta di lapangan menunjukkan bahwa orang tua menganggap tanda-tanda tersebut sebagai bentuk keaktifan pada masa perkembangan anak mereka.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti pada 35 orang siswa Taman Kanak-Kanak Al-Fachran di Kota Medan, ditemukan 5 orang siswa yang menunjukkan ciri atau karakteristik externalizing behavior. Kelima siswa tersebut diberi label “anak jentik’ oleh gurunya, yang artinya anak yang sulit diatur dan tidak patuh pada perintah guru, berbanding terbalik dengan istilah “anak jempol’ yang dianggap patuh dan tertib di kelas. Peneliti juga melakukan asesmen awal dengan menggunakan instrumen Child Behavior Checklist (CBCL) versi Indonesia untuk memperkuat hasil observasi tersebut. Perilaku yang muncul seperti mengganggu teman, berteriak pada teman, guru dan orang dewasa lainnya, tidak mengikuti instruksi guru, memukul dan menendang teman, sejalan dengan hasil yang muncul pada domain attention behavior dan aggressive behavior di instrumen CBCL. Penggunaan CBCL

untuk identifikasi externalizing behavior pada anak-anak dan remaja biasanya memang dilakukan di USA dan Eropa (Rescorla, 2005). Meskipun demikian, penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa CBCL versi Indonesia memiliki validitas dan reliabilitas yang baik dalam mengidentifikasi masalah emosi dan perilaku pada anak-anak usia 6 - 12 tahun (Hartini et al., 2015). Hal ini menunjukkan bahwa CBCL versi Indonesia relevan digunakan sebagai instrumen dalam skrining awal untuk mengidentifikasi adanya ciri externalizing behavior pada anak prasekolah.

Mengacu pada konteks pendidikan anak usia dini, pendekatan yang tepat untuk menangani externalizing behavior berfokus pada pengembangan keterampilan sosial disertai dengan teknik modifikasi perilaku. Hal ini telah dibuktikan oleh Gresham dalam penelitiannya yang menunjukkan bahwa Social Skill Training efektif untuk meningkatkan kemampuan komunikasi anak, perilaku prososial, regulasi emosi, memahami aturan, serta mengurangi perilaku agresi. Langkah-langkah yang dilakukan dalam Social Skill Training ini meliputi modeling, roleplay dan reinforcement (Gresham et al., 2004).

Salah satu bentuk penguatan atau reinforcement yang efektif digunakan dalam menyertai Social Skill Training adalah Token Economy, yang merupakan suatu teknik untuk meningkatkan perilaku positif serta menurunkan perilaku negatif pada anak usia prasekolah (Kazdin, 2013). Menurut Miltenberger (Miltenberger, 2012), Token Economy dirancang untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan (desired behavior) dan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan (undesireable behavior). Token diberikan setelah muncul perilaku yang diinginkan, diakumulasikan kemudian ditukar dengan backup reinforcer. Backup reionforcer ditentukan sesuai dengan minat individu, untuk memotivasinya memunculkan perilaku yang diinginkan serta mengurangi atau

bahkan menghilangkan perilaku yang tidak diinginkan.

Beberapa studi juga menunjukkan bahwa Token Economy efektif untuk meningkatkan perilaku positif pada anak. Studi yang dilakukan oleh Alqahtani et al (Alqahtani, 2020) menunjukkan bahwa Token Economy berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan anak-anak dalam hal sosial, akademik dan perilaku. Selain itu, White et al (White et al., 2025) menyatakan bahwa Token Economy yang dikombinasikan dengan social stories efektif untuk mengurangi perilaku sosial yang tidak tepat pada anak dengan learning disabilities terhadap teman sebayanya.

Meskipun demikian, penelitian di Indonesia terkait kombinasi Social Skill Training dengan Token Economy masih terbatas, padahal dibutuhkan riset empiris sebagai dasar penanganan praktis bagi guru anak usia prasekolah, orang tua serta psikolog pendidikan. Berdasarkan kondisi ini, peneliti melakukan studi eksperimen dengan menggunakan pendekatan Social Skill Training dan Token Economy untuk mengatasi externalizing behavior pada anak prasekolah.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain eksperimen One Group Pretest-Posttest, dengan skema sebagai berikut:

O1 – X – O2

Keterangan:

O1 = Pretest

X = Intervensi Social Skill Training dan Token Economy

O2 = Posttest

Subjek Penelitian:

Subjek penelitian terdiri dari 5 orang anak prasekolah berusia 6 tahun di TK Al-Fachran Kota Medan yang menunjukkan karakteristik externalizing behavior berdasarkan hasil observasi dan skrining awal dengan CBCL versi

Indonesia.

Instrumen Penelitian:

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah Child Behavior Checklist (CBCL) versi Indonesia yang difokuskan pada domain agressive behavior dan attention problem. CBCL versi Indonesia terbukti valid dan reliabel untuk mengukur masalah emosi dan perilaku pada anak (Hartini et al., 2015). Skor externalizing behavior diperoleh dari hasil akumulasi skor kedua domain tersebut.

Prosedur Intervensi

Intervensi dilakukan selama 6 sesi, masing-masing dengan durasi 45-60 menit dengan komponen berikut ini:

1. Modeling perilaku sosial adaptif
2. Role play situasi sosial di kelas
3. Reinforcement menggunakan token economy

Token diberikan setiap kali anak menampilkan perilaku target perilaku sebagai berikut:

1. Tidak memukul/menendang
2. Menunggu giliran
3. Meminta dengan kata-kata bukan agresi
4. Mengikuti instruksi 1 langkah
5. Bermain bersama teman dengan tertib

Berikut ini tahapan sesi intervensi yang dilakukan:

Tabel 1 Sesi Intervensi Social Skill Training

Sesi	Aktivitas
1. Pengenalan Aturan kelas	Menjelaskan aturan: tidak memukul, menunggu giliran
2. Menunggu giliran	Bermain ayunan, passing ball
3. Menggunakan kata-kata untuk	Role play meminta

meminta sesuatu	mainan dengan sopan pada teman
4. Mengelola tantrum	Mengajarkan relaksasi sederhana
5. Bermain kooperatif	Bermain lego berpasangan,
6. Mengikuti Instruksi	Bermain “Simon says”
7. Generalisasi	Bermain bebas di jam istirahat dengan pengawasan
8. Evaluasi	Review seluruh kegiatan dan keterampilan yang telah diperoleh anak

Token diberikan setiap kali anak menampilkan target perilaku, kemudian ditukarkan dengan backup reinforcer yang telah disepakati bersama.

Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan statistik deskriptif (mean, selisih skor) serta uji Wilcoxon Signed Ranked Test, karena jumlah subjek hanya 5 orang ($n < 30$), dengan taraf signifikansi, $\alpha = 0.05$. Berikut rumus Wilcoxon:

$$Z = \frac{W - \mu_w}{\sigma_w}$$

Keterangan:

W = jumlah ranking bertanda

μ_w = nilai harapan

σ_w = simpangan baku

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data pretest-posttest diperoleh melalui CBCL pada domain externalizing behavior, yang terdiri dari domain attention problem dan aggressive behavior, yaitu:

Tabel 2 Skor Pretest dan Posttest Externalizing Behavior

Subjek	Pretest	Posttest	Selisih
P1	68	52	-16
P2	65	50	-15
P3	70	55	-15
P4	66	51	-15
P5	69	53	-16
Mean	67,6	52,2	-15,4

Berdasarkan tabel 2, dapat dilihat bahwa ada penurunan skor externalizing behavior pada kelima partisipan setelah dilakukan intervensi social skill training dan token economy.

Selanjutnya, uji wilcoxon menghasilkan nilai $z = -2.02$ dan $p = 0.043$ ($p < 0.05$). Hasil ini menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi, terdapat perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest externalizing behavior.

Temuan pada penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan Social Skill Training yang dikombinasi dengan Token Economy efektif dalam menurunkan externalizing behavior pada anak prasekolah. Masalah kelima anak pada domain perilaku agresif dan atensi mengalami penurunan.

Temuan pada penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gresham et al. (Gresham et al., 2004) yang menyatakan bahwa Social Skill Training efektif untuk meningkatkan regulasi emosi dan perilaku prososial anak. Gresham juga menyatakan bahwa pembelajaran perilaku sosial secara langsung melalui role play dan modelling membantu anak dalam memahami dan mempelajari alternatif perilaku yang adaptif dalam menghadapi situasi sosial.

Selain itu, penerapan Token Economy sebagai penguatan perilaku positif sejalan dengan pendapat Miltenberger (Miltenberger, 2012) dan Kazdin (Kazdin, 2013). Keduanya memiliki pendapat yang sama bahwa reinforcement seperti Token Economy yang diberikan secara konsisten dan terstruktur efektif dalam meningkatkan

perilaku yang diharapkan serta meminimalisir atau bahkan menghilangkan perilaku yang tidak diharapkan.

Temuan dalam penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Alqahtani et al. (Alqahtani, 2020), White et al. (White et al., 2018) mengenai efektifitas penerapan Token Economy dalam setting pendidikan anak. Selain itu, Gordon (Gordon, 2018) dalam penelitiannya juga menemukan bahwa token economy yang dipersonalisasi dengan foto anak dan karakter atau mainan favoritnya ternyata efektif dalam mengurangi perilaku disruptif dan perilaku tidak fokus pada anak usia 5-7 tahun di kelas pendidikan khusus.

Secara kontekstual, peneliti menyimpulkan bahwa externalizing behavior pada anak prasekolah yang sebelumnya mendapatkan label negatif dari guru terbukti dapat ditangani dengan pendekatan yang lebih positif dibandingkan dengan menggunakan hukuman.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pendekatan Social Skill Training yang dikombinasi dengan Token Economy efektif dalam menurunkan externalizing behavior pada anak prasekolah. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan yang signifikan pada skor pretest dan posttest setelah diberikan intervensi.

Implikasi dalam penelitian ini adalah pentingnya bagi guru, orang tua dan pemerhati anak usia prasekolah untuk menerapkan pendekatan atau penanganan berbasis keterampilan sosial dan penguatan positif dibandingkan penggunaan hukuman, sebagai upaya preventif pada perilaku yang berisiko pada anak sejak dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Achenbach, T. M. (2019). International findings with the Achenbach System of Empirically Based Assessment (ASEBA): Applications to clinical services, research, and training. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 13(1), 30. <https://doi.org/10.1186/s13034-019-0291-2>
- Alqahtani, R. M. (2020). The Effects of a Token Economy System to Improve Social, Academic, and Behavior Skills with Children in KSA. *International Journal of Learning and Development*, 10(3), 11. <https://doi.org/10.5296/ijld.v10i3.17385>
- Campbell, S. B., Shaw, D. S., & Gilliom, M. (2000). Early externalizing behavior problems: Toddlers and preschoolers at risk for later maladjustment. *Development and Psychopathology*, 12(3), 467–488. <https://doi.org/10.1017/S095457940003114>
- Gordon, H. (2018). "Picture this": Token economy systems with or without pictures [Doctoral dissertation, Trinity Christian College]. <https://www.proquest.com/docview/2058100525/C47396041FED4976PQ/13?sourcetype=Dissertations%20&%20Theses>
- Gresham, F. M., Cook, C. R., Crews, S. D., & Kern, L. (2004). Social Skills Training for Children and Youth with Emotional and Behavioral Disorders: Validity Considerations and Future Directions. *Behavioral Disorders*, 30(1), 32–46. <https://doi.org/10.1177/019874290403000101>
- Hartini, S., Hapsara, S., Herini, S. E., & Takada, S. (2015). Verifying the Indonesian version of the Child Behavior Checklist. *Pediatrics International*, 57(5), 936–941. <https://doi.org/10.1111/ped.12669>
- Kazdin, A. E. (2013). *Behavior Modification in Applied Setting*. Waveland Press, Inc. <https://z-library.sk/book/5449217/09fb92/beh>

-
- avior-modification-in-applied-
settings.html
- Miltenberger, R. G. (2012). Behavior Modification (Fifth). Wadsworth.
- Rescorla, L. A. (2005). Assessment of young children using the Achenbach System of Empirically Based Assessment (ASEBA). *Mental Retardation and Developmental Disabilities Research Reviews*, 11(3), 226–237. <https://doi.org/10.1002/mrdd.20071>
- White, J., Caniglia, C., McLaughlin, T. F., & Bianco, L. (2018). The Effects of Social Stories and a Token Economy on Decreasing Inappropriate Peer Interactions with a Middle School Student. *Learning Disabilities: A Contemporary Journal*, 16(1), 75–86.
- White, J., Caniglia, C., McLaughlin, T. F., & Bianco, L. (2025). (PDF) The Effects of Social Stories and a Token Economy on Decreasing Inappropriate Peer Interactions with a Middle School Student. ResearchGate. https://www.researchgate.net/publication/325158093_The_Effects_of_Social_Stories_and_a-Token_Economy_on_Decreasing_Inappropriate_Peer_I nteractions_with_a_Middle_School_Student