



**KEEFEKTIFAN KONSELING INDIVIDU *PENDEKATAN  
BEHAVIOR* MENGGUNAKAN TEKNIK *TOKEN ECONOMY*  
UNTUK MENINGKATKAN ATENSI BELAJAR SISWA  
KELAS VIII DI SMP N 29 SEMARANG TAHUN PELAJARAN  
2019/2020**

**SKRIPSI**

Disusun sebagai salah satu syarat  
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
Program Studi Bimbingan dan Konseling

oleh

Ajeng Setyani  
1301415023

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2020**

## PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi dengan judul “Keefektifan Konseling Individu Pendekatan *Behavior* Menggunakan Teknik *Token Economy* untuk Meningkatkan Atensi Belajar Siswa Kelas VIII di SMP N 29 Semarang” ini benar-benar hasil orisinal atas karya saya sendiri, bukan buatan orang lain, serta tidak menjiplak karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Adapun pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk sesuai dengan ketentuan kode etik ilmiah.

Semarang, Maret 2020



Ajeng Setyani

NIM. 1301415023

## PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Keefektifan Konseling Individu Pendekatan *Behavior* Menggunakan Teknik *Token Economy* untuk Meningkatkan Atensi Belajar Siswa Kelas VIII di SMP N 29 Semarang” ini telah dipertahankan di hadapan Panitia Penguji Ujian Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada hari Kamis tanggal 2 April 2020.

### PANITIA:



Ketua,  
Dr. Sungkowo Edy Mulyono, M.Si  
NIP.196807042005011001

Sekretaris,

Kusnarto Kurniawan, M.Pd., Kons.  
NIP.197101142005011002

Penguji 1,

Muslikah, M.Pd.  
NIP.198611082014042002

Penguji 2,

Dr. Suharso, M.Pd., Kons.  
NIP.196202201987101001

Penguji 3,

Mulawarman, Ph.D.  
NIP. 197712232005011001

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **Motto :**

Setiap orang memiliki beban dan menyelesaikan dengan cara yang berbeda-beda, setiap orang memiliki kesempatan yang sama namun butuh keberanian untuk meraih impiannya. Tetapi yang terpenting setiap manusia tidak bisa berjuang sendirian.

(Ajeng Setyani)

### **Persembahan :**

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

Jurusan Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Negeri Semarang

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Keefektifan Konseling Individu Pendekatan *Behavior* Menggunakan Teknik *Token Economy* untuk Meningkatkan Atensi Belajar Siswa Kelas VIII di SMP N 29 Semarang”**. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa konseling individu pendekatan behavior menggunakan teknik *token economy* efektif untuk meningkatkan atensi belajar siswa kelas VIII di SMP N 29 Semarang. Penyelesaian skripsi ini dimaksudkan guna melengkapi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Keberhasilan dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, salah satunya adalah dosen pembimbing. Atas bimbingannya, penulis menyampaikan terimakasih khususnya kepada Bapak Mulawarman, Ph.D. yang dengan sabar membimbing, bersedia memberikan ilmu, motivasi serta kritik dan saran kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. selain itu penulis juga menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum., Rektor Universitas Negeri Semarang yang bertanggungjawab terhadap penyelenggaraan pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Dr. Achmad Rifai, RC., M.Pd., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin dilakukannya penelitian.

3. Kusnarto Kurniawan, M.Pd., Kons., Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin dilakukannya penelitian.
4. Muslikah, M.Pd. dan Dr. Suharso, M.Pd., Kons. sebagai dosen penguji dalam sidang skripsi.
5. Dr. Anwar Sutoyo, M.Pd., Dosen Wali yang telah memberikan bimbingan kepada peneliti selama menempuh studi di Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
6. Bapak dan Ibu dosen jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan motivasi dan ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
7. Aloysius Kristiyanto, S.Pd., M.Pd. Kepala SMP N 29 Semarang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
8. Sulistyaningsih, S.Pd., Kons. beserta semua Guru Bimbingan dan Konseling di SMP N 29 Semarang yang telah memberikan izin dan membantu proses penelitian skripsi ini.
9. Kedua orang tua, Bapak Djijanto dan Ibu Kuswati yang tiada henti mendoakan dan memberikan dukungan untuk keberhasilan penulis.
10. Kakak R. Uji Supeni, Wisnu Jati Imam Pujadi dan Amir Triono yang selalu mendoakan dan memberikan semangat kepada penulis.
11. Sahabat-sahabatku, Rosi dan Berly yang menjadi keluarga selama di perantauan dan selalu mendukung proses penyelesaian skripsi.
12. Teman-teman Bimbingan dan Konseling angkatan 2015 yang telah membantu proses penyelesaian skripsi.

13. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah memberikan dukungan dan bantuan hingga terselesaikannya skripsi ini.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca serta memberikan kontribusi bagi pihak jurusan Bimbingan dan Konseling.

Semarang,

Penulis

## ABSTRAK

**Setyani, Ajeng.** 2020 *Keefektifan Konseling Individu Pendekatan Behavior Menggunakan Teknik Token Economy untuk Meningkatkan Atensi Belajar Siswa Kelas VIII di SMP N 29 Semarang*

Skripsi. Jurusan Bimbingan Konseling ,Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing : Mulawarman, Ph.D.

Penelitian ini dilandasi akan pentingnya atensi belajar yang harus dimiliki siswa untuk memahami, mempelajari dan mengingat materi yang disampaikan oleh guru saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Rendahnya atensi belajar siswa dapat mempengaruhi hasil dan prestasi belajar, maka perlu adanya strategi untuk meningkatkan atensi belajar siswa. Strategi yang digunakan untuk meningkatkan atensi belajar siswa dalam penelitian ini adalah pendekatan behavior menggunakan teknik *token economy*. Penelitian ini membahas terkait dengan peningkatan atensi belajar melalui pemberian pendekatan behavior menggunakan teknik *token economy*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keefektifan konseling individu pendekatan behavior menggunakan teknik *token economy* dalam meningkatkan atensi belajar siswa. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan jenis *one group pre-test and post-test*. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi yang berisikan items terkait dengan atensi belajar siswa yang diberikan kepada sampel penelitian yaitu siswa kelas VIII SMP N 29 Semarang sebanyak 5 siswa. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data berupa (1) analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan tingkat atensi belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, (2) pengujian hipotesis melalui analisis uji *Wilcoxon* untuk membuktikan keefektifan konseling individu pendekatan behavior menggunakan teknik *token economy* untuk meningkatkan atensi belajar siswa. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari analisis data yang dilakukan terdapat peningkatan atensi belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling individu pendekatan behavior menggunakan teknik *token economy* efektif untuk meningkatkan atensi belajar pada siswa. Hasil uji perhitungan uji *Wilcoxon* diperoleh P sebesar 0.043. Adapun pengambilan keputusan dalam uji *Wilcoxon*, jika  $P < 0.05$ , maka hipotesis yang diajukan dapat diterima. Adapun hasil uji hipotesis dari hasil olah data yang didapat adalah 0.043 hal ini berarti bahwa  $P < 0.05$ . Maka hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling individu pendekatan behavior menggunakan teknik *token economy* efektif untuk meningkatkan atensi belajar siswa kelas VIII di SMP N 29 Semarang. Sehubungan dengan hasil penelitian diatas diharapkan guru BK dapat bekerjasama melakukan kolaborasi dalam mengaplikasikan pendekatan behavior menggunakan teknik *token economy* untuk meningkatkan atensi belajar siswa.

**Kata kunci:** pendekatan behavior;*token economy*; atensi belajar



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN .....	ii
PENGESAHAN .....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
ABSTRAK .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian .....	9
1.4 Manfaat Penelitian .....	10
BAB 2 LANDASAN TEORI	
2.1 Penelitian Terdahulu .....	11
2.2 Atensi Belajar .....	14
2.2.1 Pengertian Atensi Belajar .....	14
2.2.2 Macam-Macam Atensi Belajar .....	15
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Atensi .....	17
2.2.4 Aspek Atensi Belajar .....	18
2.2.5 Bentuk-bentuk Atensi Belajar .....	20
2.2.6 Upaya Meningkatkan Atensi Belajar .....	24
2.3 Konseling Individu Pendekatan Behavior .....	27
2.4 Pendekatan <i>Behavior</i> dengan <i>Token Economy</i> .....	30
2.4.1 Pengertian <i>Token Economy</i> .....	31
2.4.2 Tujuan <i>Token Economy</i> .....	32
2.4.3 Tipe/Jenis Teknik <i>Token Economy</i> .....	32
2.4.4 Sasaran Pengguna .....	34
2.4.5 Prosedur dan Aplikasi <i>Token Economy</i> .....	35
2.5 Kerangka Berpikir .....	36
2.6 Hipotesis .....	39

<b>BAB 3 METODE PENELITIAN</b>	
3.1	Jenis Penelitian .....40
3.2	Desain Penelitian.....41
3.3	Variabel Penelitian .....43
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian .....46
3.5	Metode dan Alat Pengumpul Data ..... 48
3.6	Uji Instrumen Penelitian .....52
3.7	Teknis Analisis Data .....55
 <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1	Hasil Penelitian .....58
4.2	Pembahasan.....67
4.3	Keterbatasan Penelitian .....74
 <b>BAB V PENUTUP</b>	
5.1	Simpulan .....75
5.2	Saran.....76
 <b>DAFTAR PUSTAKA .....78</b>	
<b>LAMPIRAN.....82</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Tabel Populasi Penelitian.....	46
3.2 Tabel Kriteria Sampel Penelitian .....	47
3.3 Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	51
3.4 Panduan Perlakuan.....	52
3.5 Tingkat Reliabilitas Berdasarkan Nilai Alpha. ....	55
3.6 Kategori Rata-rata Atensi Belajar.. ..	57
4.1 Hasil Perhitungan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Tingkat Atensi Belajar Siswa pada Setiap Subyek Penelitian. ....	59
4.2 Hasil Perhitungan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Tingkat Atensi Belajar Siswa pada Setiap Indikator. ....	60
4.3 Hasil Perhitungan <i>Pretest</i> diberikan <i>Token Economy</i> pada Setiap Subyek Penelitian.....	61
4.4 Hasil Perhitungan <i>Pretest</i> diberikan <i>Token Economy</i> pada Setiap Indikator.....	62
4.5 Hasil Perhitungan <i>Posttest</i> diberikan <i>Token Economy</i> pada Setiap Subyek Penelitian.....	63
4.6 Hasil Perhitungan <i>Posttest</i> diberikan <i>Token Economy</i> pada Setiap Indikator.....	64
4.7 Pola Atensi Belajar Sebelum ( <i>Pretest</i> ) dan Sesudah ( <i>Posttest</i> ) diberikan perlakuan pendekatan Behavior Menggunakan Teknik <i>Token Economy</i> .....	65
4.8 Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> .....	66

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Berpikir.....	38
3.1 Desain Penelitian.....	42
3.2 Hubungan Antarvariabel.....	44
3.3 Rumus Mean.....	56
3.4 Rumus Interval Kriteria.....	56

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Hasil Uji Validitas Skala Atensi Belajar .....	83
2. Hasil Uji Reliabilitas Skala Atensi Belajar .....	84
3. Kisi-kisi Atensi Belajar .....	85
4. Item Instrumen .....	86
5. Hasil <i>Pretest</i> .....	89
6. Analisis ABC Hasil Observasi .....	90
7. Panduan Perlakuan Pendekatan Behavior Menggunakan <i>Token Economy</i> .....	97
8. Format <i>Reinforcer</i> Pengubah Perilaku .....	102
10. Bentuk <i>Token</i> .....	108
11. Informed Consent .....	110
12. RPL KI .....	117
13. Rekaman KI .....	142
14. Lembar Kepuasan Konseli Terhadap Pelaksanaan Konseling Individual ....	167
15. Surat Keterangan Penelitian .....	168

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Pendahuluan berisikan uraian keadaan umum dari masalah yang akan menjadi topik dari penelitian ini. pendahuluan dalam skripsi ini dibahas pokok-pokok sub bab: (1) Latar belakang, (2) rumusan masalah, (3) tujuan penelitian, dan (4) manfaat penelitian.

### **1.1 Latar Belakang**

Belajar merupakan suatu proses yang dilakukan oleh individu sepanjang rentang hidupnya sehingga individu tersebut mengalami adanya perubahan baik dalam tingkah laku, keterampilan, pengetahuan, pola pikir dan sebagainya. Dalam kegiatan belajar terdapat guru atau pengajar sebagai fasilitator dan siswa sebagai subjek. Khairani (2017) menyebutkan bahwa dalam kegiatan belajar mengajar, dibutuhkan adanya atensi dari siswa agar apa yang telah dipelajari dapat dipahami dengan baik. Menurut Ling & Catling (2012) atensi merupakan cara individu untuk menangkap informasi yang paling relevan dengan kita pada suatu objek tertentu. Atensi adalah pemusatan pikiran secara jelas terhadap sejumlah stimulus (James dalam Solso, Maclin, & Maclin, 2007). Dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa atensi merupakan pemusatan pikiran secara sadar terhadap

suatu objek karena adanya suatu pemusatan perhatian terhadap stimulus atau objek.

Dalam hal belajar, atensi dikenal juga sebagai perhatian atau konsentrasi. Konsentrasi sangat diperlukan khususnya oleh siswa saat mengikuti kegiatan belajar mengajar di kelas yakni dengan tidak memperdulikan hal lain yang tidak ada hubungannya dengan kegiatan belajar mengajar yang sedang berlangsung. Hal serupa juga diungkapkan oleh Dimiyati & Mudjiono (2013) yang menyatakan bahwa konsentrasi belajar merupakan kemampuan siswa dalam memfokuskan perhatiannya terhadap kegiatan belajar mengajar di kelas. Dapat disimpulkan bahwa konsentrasi belajar memiliki konsep yang sama dengan atensi belajar, hal tersebut dapat dilihat bahwa atensi siswa dalam kegiatan belajar mengajar merupakan suatu aktivitas dimana siswa memusatkan perhatiannya dengan cara mendengarkan dan memahami apa yang disampaikan oleh guru.

Atensi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi belajar, dengan adanya atensi siswa akan lebih mudah memahami materi yang disampaikan oleh guru (Sugihartono, 2007). Salehah, Anward, & Rachmah (2018) menyebutkan bahwa atensi merupakan salah satu aspek penentu dalam keberhasilan proses belajar, lingkungan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi atensi siswa. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Salehah dkk (2018) menjelaskan bahwa ada perbedaan intensitas atensi siswa kelas suhu dingin, ideal dan panas. Selain suhu ruangan, suasana kelas yang gaduh akan menyebabkan siswa kurang beratensi dalam kegiatan belajar mengajar. Hal ini dapat dilihat ketika diberikan penjelasan

atau arahan siswa kurang menangkap pesan yang disampaikan sehingga harus disampaikan secara berulang-ulang.

Contohnya dalam kegiatan belajar mengajar seorang siswa tidak memperhatikan gurunya dengan baik, ketika gurunya memberikan perintah ia mengalami kebingungan karena ia tidak mendengarkan guru dengan baik. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Irachmat (2015) menyebutkan bahwa selama kegiatan belajar mengajar guru berperan aktif untuk meningkatkan perhatian siswa. Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada tahun 2014 menemukan beberapa kondisi yang tidak mendukung dalam kegiatan belajar mengajar. Salah satunya yaitu kurangnya perhatian siswa dalam kegiatan belajar mengajar, yang mana siswa melakukan aktivitas lain seperti menggambar dan mengobrol dengan teman sebangku.

Argaswari (2018) menyebutkan bahwa atensi siswa kelas VIII Madrasah tsalawiyah (MTs) Negeri 20 Jakarta mengalami kenaikan sebesar 11% dalam pelajar matematika setelah guru menggunakan desain pembelajaran menggunakan sejarah. Diketahui bahwa atensi siswa berada di tingkat yang rendah sebelum guru memberikan desain pembelajaran sejarah. Siswa mulai tidak memperhatikan dan sibuk sendiri seperti mengobrol dengan temannya pada menit ke-10 setelah guru membuka pelajaran. Siswa yang kurang memiliki atensi akan sulit fokus terhadap sesuatu dan merasa bosan dengan segala sesuatu dalam waktu yang singkat (Rahmawati, 2013). Karena merasa bosan peserta didik melakukan kegiatan lain seperti menggambar, membaca novel, berbicara sendiri, jalan-jalan di kelas dan keluar kelas.



Selain itu siswa yang kurang memiliki atensi juga mudah melamun, mudah panik dan bingung serta lambat. Kurangnya atensi ini menjadi salah satu indikator *slowlearner* atau lambat belajar (Chauhan dalam Hadi, 2016). Hal ini dikarenakan kurangnya perhatian saat kegiatan belajar mengajar membuat siswa sulit dalam memahami materi sehingga membuatnya lambat dalam belajar. Kurangnya atensi pada siswa juga dapat berupa salah dalam mengerjakan PR, lupa membawa buku pelajaran, salah menggunakan seragam, lupa membawa tugas yang diberikan oleh guru.

Atensi siswa dapat dilihat dari aktivitas belajar berupa mendengar, memandang, menulis, membaca, membuat ringkasan atau menggarisbawahi, mengamati, mengingat, berfikir dan latihan atau praktik. Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti di SMP N 29 Semarang di kelas VIII dalam kegiatan belajar mengajar masih ada 10 dari 32 siswa yang kurang memiliki atensi. Hal ini dapat dilihat ketika dalam kegiatan belajar siswa tersebut kurang memperhatikan ketika guru sedang menjelaskan materi, siswa tidak mendengarkan dengan baik penjelasan dari guru dan tidak bisa menjawab pertanyaan dari guru. Tidak hanya itu saja, ketika guru memberikan petunjuk untuk aturan permainan banyak siswa yang kurang menangkap apa yang disampaikan oleh guru.

Hasil studi pendahuluan dengan menggunakan skala atensi belajar yang diberikan kepada 32 siswa di SMP Negeri 29 Semarang, diperoleh data sebesar 70,82% siswa mengalami kesulitan untuk memusatkan perhatian pada saat kegiatan belajar mengajar. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat permasalahan atensi belajar siswa di SMP Negeri 29 Semarang dalam

kategori rendah. Sehingga guru harus mengulang sampai siswa paham. Tak hanya itu saja, ketika guru mengajak berdiskusi masih banyak siswa yang tidak aktif dalam memberikan pendapat. Selain itu pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung, banyak peserta didik yang melakukan kegiatan lain seperti melamun, membaca novel, berbicara dengan teman sebangku, jalan-jalan, izin keluar kelas dan sampai ada yang tidur. Tidak sedikit pula siswa yang lupa membawa tugas yang telah diberikan oleh guru. Sehingga mereka banyak yang menghubungi orang tuanya untuk mengantarkan tugasnya ke sekolah. Atensi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan belajar siswa. Oleh karena itu siswa yang kurang memiliki atensi akan mengalami kesulitan untuk memfokuskan diri dan menarik informasi dari lingkungan sekitarnya (Greenspan & Greenspan dalam Larasati, Boediman, & Aswanti, 2017).

Rendahnya atensi belajar siswa ini dapat berpengaruh pada hasil dan prestasi belajar. Apabila siswa kurang memiliki atensi belajar, maka siswa tidak dapat mencapai tujuan belajar secara optimal. Berkaitan dengan hal tersebut maka siswa harus memiliki atensi untuk mencapai tujuan belajar secara optimal. Sehingga perlu adanya upaya untuk meningkatkan atensi belajar siswa. Guru memegang peran penting dalam meningkatkan atensi belajar siswa di kelas dapat dilakukan dengan cara guru memberikan penguatan (*reinforcement*) pada siswa. Parsonson (2012) menjelaskan bahwa guru yang mendukung dan mendorong siswa dengan memberikan penguatan positif (*positive reinforcement*) pada perilaku siswa yang sesuai dapat meningkatkan kemungkinan mereka untuk berperilaku secara efektif.

Guru dapat memberikan penguatan (*reinforcement*) erat kaitannya dengan *operant conditioning* dalam pendekatan *behavior*. Pendekatan *behavior* adalah suatu pendekatan yang memandang perilaku individu yang muncul berasal dari adanya hasil belajar yang disertai dengan pemberian *reward* atau *reinforcement*. Apabila hasil belajar siswa salah, maka perilaku yang dimunculkan salah. Agar hasil belajar siswa tidak salah maka diperlukan adanya atensi. Hal ini didukung oleh Gazali dalam Slameto (2010) yang menyatakan bahwa untuk mendapatkan hasil belajar yang baik maka diperlukan adanya perhatian atau atensi pada kegiatan belajar mengajar. Pendekatan *behavior* memiliki banyak teknik yang digunakan untuk memodifikasi perilaku.

Teknik yang dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku positif atau memunculkan perilaku yang pantas dengan menggunakan *reinforcement* yaitu *token economy*. Martin & Pear (2015) menjelaskan bahwa *token economy* merupakan program modifikasi perilaku yang dilaksanakan dengan cara individu mendapatkan 'token' sebagai penguat (*reinforcer*) untuk beragam perilaku yang diinginkan dan dapat menukarkan 'token' tersebut demi memperoleh penguat pendukung atau hadiah (*reward*). Melalui pemberian penguat (*reinforcement*) akan timbul motivasi ekstrinsik dari pemberian hadiah yang diberikan kepada siswa yang memiliki atensi belajar rendah. Sehingga *token economy* membuat siswa berusaha agar mendapatkan penghargaan atau *reward* dari guru berupa hadiah dan mempertahankan 'token' yang diduplikatnya.

Pengaplikasian *token economy* untuk meningkatkan atensi belajar siswa dapat dilakukan dalam pengaturan kelas yang berkolaborasi dengan guru kelas. *Token*

*economy* adalah usaha mengembangkan perilaku sesuai dengan tujuan yang diharapkan melalui penggunaan penghargaan. Kazdin (1997) menyebutkan bahwa perilaku yang dimodifikasi dengan menggunakan *token economy* meliputi pengurangan perilaku yang mengganggu atau tidak perhatian terhadap pelajaran (perilaku maladaptif) dan peningkatan respon akademik (perilaku adaptif). Teknik *token economy* dapat digunakan untuk mengubah perilaku siswa yang maladaptif kearah yang lebih adaptif. Siswa yang tidak memperhatikan guru saat kegiatan belajar mengajar berlangsung dan berperilaku pasif dalam kegiatan dikelas merupakan perilaku maladaptif yang ingin dihilangkan. Melalui *token*, siswa yang pasif akan didorong untuk memunculkan perilaku adaptif yang diinginkan dengan memberikan *token* untuk ditukar dengan hadiah. *Token* atau tanda tersebut dapat menjadi motivasi siswa agar menunjukkan perilaku adaptif yang diinginkan, dalam hal ini perilaku yang dimaksud adalah perilaku untuk meningkatkan atensi belajar siswa di kelas.

Teknik *token economy* sangat mirip dengan kehidupan nyata, misalnya siswa memperhatikan guru dengan baik dan dapat menjawab pertanyaan dari guru diberikan *token economy* agar ia dapat memperhatikan guru dengan baik. Setelah token terkumpul sesuai dengan kesepakatan yang telah disepakati maka koin tersebut dapat ditukarkan dengan hadiah. Hal tersebut didukung oleh beberapa penelitian yang menyatakan bahwa *token economy* dapat meningkatkan perilaku yang diinginkan. Salah satunya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Heryanto & Mulyasari (2017) menyebutkan bahwa pelaksanaan pembelajaran dengan

menggunakan token ekonomi untuk meningkatkan kedisiplinan siswa kelas V terlaksana dengan baik dan mengalami perkembangan yang pesat.

Menurut Corey (2005) penggunaan tanda-tanda sebagai pemerkuat-pemerkuat bagi tingkah laku yang layak memiliki beberapa keuntungan, yaitu : (1) tanda-tanda tidak kehilangan nilai insentifnya, (2) tanda-tanda bisa mengurangi penundaan yang ada di antara tingkah laku yang layak dengan ganjarannya, (3) tanda-tanda bisa digunakan sebagai pengukur yang kongkret bagi motivasi individu untuk mengubah tingkah laku tertentu, (4) tanda-tanda adalah bentuk perkuatan yang positif, (5) individu memiliki kesempatan untuk memutuskan bagaimana menggunakan tanda-tanda yang diperolehnya , dan (6) tanda-tanda cenderung menjembatani kesenjangan yang sering muncul di antara lembaga dan kehidupan sehari-hari.

Penerapan pendekatan behavior menggunakan teknik *token economy* dilakukan dengan konseling individu. Dengan diberikan menggunakan konseling individu siswa dapat lebih terbuka mengenai alasan mereka kurang beratensi saat kegiatan belajar mengajar berlangsung karena hanya terpusat pada satu siswa saja, selain itu juga untuk lebih optimal dalam mencapai tujuan dari *token economy* yaitu siswa dapat meningkatkan perilaku memperhatikan guru saat kegiatan belajar mengajar. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Sari (2019) yang menyatakan bahwa konseling individu menggunakan teknik *token economy* efektif untuk meningkatkan kedisiplinan siswa.

Dari uraian diatas maka penulis bermaksud untuk meneliti tentang keefektifan konseling individu pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy* untuk meningkatkan atensi siswa.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka peneliti merumuskan rumusan masalah sebagai berikut :

- (1) Seberapa tinggi atensi belajar siswa sebelum dilakukan konseling individu pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy*?
- (2) Seberapa tinggi atensi belajar siswa setelah dilakukan konseling individu pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy*?
- (3) Apakah konseling individu pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy* efektif untuk meningkatkan atensi belajar siswa?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka dirumuskan tujuan penelitian ini sebagai berikut :

- (1) Untuk mengidentifikasi dan menganalisis tingkat atensi belajar siswa sebelum diberikan konseling individu pendekatan menggunakan teknik *token economy*
- (2) Untuk mengidentifikasi dan menganalisis tingkat atensi belajar siswa ketika diberikan konseling individu pendekatan menggunakan teknik *token economy*

- (3) Untuk menganalisis keefektifan konseling individu pendekatan menggunakan teknik *token economy* dalam meningkatkan atensi belajar siswa.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Sesuai dengan tujuan diatas, maka manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis hasil penelitian ini dapat menambah konsep-konsep atas teori-teori tentang efektifitas penerapan teknik *token economy* terhadap atensi siswa dan dapat memberikan sumbangan teori dan informasi bagi psikologi pendidikan dan bimbingan konseling serta memperkaya hasil penelitian yang sudah ada.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### *1.4.2.1 Bagi Guru BK*

Memberikan masukan dan pengetahuan bagi pihak sekolah tentang penerapan teknik *token economy* terhadap atensi siswa. Sehingga guru dan semua elemen sekolah diharapkan mampu berperan aktif dalam meningkatkan atensi siswa.

#### *1.4.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya*

Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan referensi dan sumbangan ilmu untuk penelitian selanjutnya.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

Bab ini merupakan kajian teoritis yang dipakai sebagai dasar penelitian. Sebelum membahas lebih jauh landasan teoritis yang melandasi penelitian. Uraian landasan teoritis meliputi: (1) penelitian terdahulu, (2) Atensi, (3) Konseling Individu Pendekatan Behavior (4) Pendekatan *Behavior Teknik Token Economy*, (5) Kerangka berpikir dan (6) hipotesis.

#### **2.1 Penelitian Terdahulu**

Penelitian terdahulu merupakan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti lain sebelum penelitian ini dilakukan dan penelitian terdahulu relevan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Dengan adanya penelitian terdahulu diharapkan dapat memperkuat penelitian yang akan dilakukan mengenai konseling individu pendekatan behavior menggunakan teknik *token economy* dengan atensi belajar siswa. Berikut beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti:

Penelitian Brochard (2019) menyebutkan bahwa atensi merupakan faktor terpenting dalam proses pembelajaran, karena tanpa adanya atensi dari siswa maka siswa tidak dapat memahami, mempelajari dan mengingat. Apabila siswa tidak memahami materi pelajaran maka akan berpengaruh terhadap hasil



prestasinya. Hal ini berarti atensi belajar siswa harus ditingkatkan agar siswa memiliki hasil prestasi yang baik.

Penelitian dilakukan oleh Kurniasih, Sujadi, & Pramesti (2018) meneliti tentang penerapan model pembelajaran kolaboratif melalui strategi pemberian balikan untuk meningkatkan perhatian siswa. Kurniasih dkk., (2018) menyebutkan bahwa perhatian siswa mempengaruhi prestasi belajar akan tetapi, perhatian siswa kelas XI IPA MA Al-Islam Jamsaren Surakarta rendah yaitu hanya 46,32% untuk hasil observasi dan 53,82% untuk hasil angket yang termasuk kategori rendah. Dalam kegiatan belajar mengajar beberapa siswa ada yang membaca buku selain buku pelajaran yang sedang diajarkan, berbicara dengan teman sebangku dan tidur. Terkait dengan penelitian tersebut dapat diketahui bahwa perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Kurniasih dkk dan penelitian yang akan diteliti adalah perlakuan yang akan diberikan untuk meningkatkan atensi siswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Argaswari (2018) menyebutkan bahwa atensi siswa kelas VIII Madrasah tsalawiyah (MTs) Negeri 20 Jakarta mengalami kenaikan sebesar 11% dalam pelajar matematika setelah guru menggunakan desain pembelajaran menggunakan sejarah. Diketahui bahwa atensi siswa berada di tingkat yang rendah sebelum guru memberikan desain pembelajaran sejarah. Siswa mulai tidak memperhatikan dan sibuk sendiri seperti mengobrol dengan temannya pada menit ke-10 setelah guru membuka pelajaran.

Penelitian yang dilakukan oleh Setiani (2014) menyebutkan bahwa kondisi siswa di kelas kurang kondusif dan dapat dikatakan siswa belum mampu

berkonsentrasi belajar dengan baik karena terdapat siswa yang melamun saat diberikan materi pelajaran (9,7%), bermain-main ketika pelajaran (19,4%), tidak memperhatikan guru (16,1%) dan beberapa juga ada yang mengobrol dengan teman sebangkunya (12,9%). Jika dihitung secara keseluruhan, terdapat 58,1% siswa yang bermasalah ketika proses belajar berlangsung. Hal ini menunjukkan bahwa masih rendahnya tingkat konsentrasi belajar siswa ketika mereka melakukan kegiatan belajarnya. Bentuk perilaku tersebut merupakan indikator dari atensi belajar.

Penelitian yang dilakukan oleh Aziz & Yasin (2018) menjelaskan bahwa *token economy* berpengaruh untuk mengurangi perilaku mengganggu dan mengurangi kesalahan siswa dalam mengerjakan tugas. Melihat hasil penelitian tersebut, membuktikan bahwa *token economy* dapat meningkatkan perilaku yang ingin dirubah agar memiliki perilaku yang lebih baik yaitu siswa dapat tenang saat kegiatan belajar mengajar dan mengerjakan tugas dengan baik dan benar.

Penelitian Mujiyati (2015) menyebutkan bahwa penggunaan teknik *token economy* efektif untuk mengurangi prokastinasi akademik mahasiswa. Hal ini sesuai dengan apa yang dijelaskan oleh Hadi dalam Mujiyati (2015) bahwa *token economy* merupakan suatu cara untuk meningkatkan, mengajar, mengurangi dan memelihara berbagai perilaku. Pada *token economy* tingkah laku yang diharapkan muncul apabila diperkuat dengan sesuatu yang diinginkan oleh individu.

Penelitian yang dilakukan oleh Kassim, Yaseen, & Tahar (2013) menunjukkan bahwa adanya perubahan perilaku negatif ketika diberikan *token*

*economy*. Hadiah yang diberikan kepada subjek merupakan hadiah yang disukai oleh subjek.

Dari beberapa penelitian diatas dapat diketahui bahwa atensi merupakan aspek yang perlu ditingkatkan untuk dimiliki siswa sehingga meningkatkan hasil prestasi belajar siswa. Oleh karena itu diperlukan suatu strategi untuk meningkatkan atensi belajar. Salah satu strategi yang dapat digunakan adalah dengan memberikan *reinforcement*. Pemberian *reinforcement* dapat dilakukan dengan cara menerapkan teknik *token economy*. Teknik *token economy* dipilih karena berdasarkan penelitian terdahulu telah diuji dapat dilakukan dalam lingkup sekolah, seperti meningkatkan manajemen perilaku belajar, meningkatkan percaya diri dan meningkatkan kemampuan kognitif yang mana hal ini dapat menjadi komponen atensi belajar siswa.

## **2.2 Atensi Belajar**

### **2.2.1 Pengertian Atensi Belajar**

Atensi belajar mengacu pada kompleks dan serangkaian hubungan stimulus-respons yang melibatkan materi kurikulum, instruksi dari guru, dan beberapa prasyarat perilaku siswa seperti melihat, mendengarkan, diam, dan lain-lain (Packard, 1970).

Dalam proses belajar kita pasti memfokuskan pikiran kita secara sadar supaya dapat menangkap pesan atau informasi yang disampaikan. Atensi merupakan pemusatan perhatian siswa terhadap suatu objek. Sedangkan perhatian

adalah pemusatan secara sadar terhadap suatu objek yang berada di dalam maupun diluar diri kita Dakir dalam Khairani (2017). Ling & Catling (2012) menyebutkan bahwa atensi adalah cara individu untuk menangkap informasi yang paling relevan dengan kita pada suatu objek tertentu. Atensi adalah pemusatan pikiran secara jelas terhadap sejumlah stimulus (James dalam Solso et al., 2007).

Suryabrata (2011) menyebutkan bahwa atensi merupakan segala aktivitas yang dilakukan secara sadar oleh individu. Rahmat dalam Khairani (2017) menyebutkan bahwa atensi merupakan suatu kesadaran individu dalam menangkap rangsangan atau stimuli.

Berdasarkan beberapa pengertian atensi diatas dapat disimpulkan bahwa atensi merupakan proses pemusatan perhatian terhadap suatu objek secara sadar. Atensi belajar siswa yaitu aktivitas siswa dalam memusatkan perhatiannya dengan cara mendengarkan dan memahami apa yang disampaikan oleh guru pada saat kegiatan belajar mengajar.

## **2.2.2 Macam-Macam Atensi Belajar**

Hadis (2006) menyebutkan 5 (lima) macam atensi belajar sebagai berikut :

### ***2.2.2.1 Perhatian belajar intensif***

Perhatian intensif adalah pemfokusan pemikiran secara sadar dan dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu yang lama. Tipe perhatian intensif ini memudahkan siswa untuk memahami materi yang disampaikan oleh guru karena ia dapat memusatkan perhatiannya hanya pada gurunya dan mengabaikan hal-hal lain yang terjadi disekitarnya saat kegiatan belajar mengajar berlangsung.

#### ***2.2.2.2 Perhatian belajar spontan***

Perhatian belajar spontan adalah pemfokusan pikiran yang muncul begitu saja tidak diduga-duga. Perhatian spontan ini dapat terjadi apabila ada suatu rangsangan yang kuat muncul secara tiba-tiba. Misalnya ketika kegiatan belajar mengajar sedang berlangsung didalam materi tersebut ada hal yang menarik bagi siswa sehingga siswa yang awalnya kurang memperhatikan secara tiba-tiba menjadi memperhatikan karena mendapatkan stimulus berupa sesuatu hal yang menarik tersebut.

#### ***2.2.2.3 Perhatian belajar dipaksakan***

Perhatian dipaksakan merupakan usaha yang dilakukan siswa yaitu dengan cara memfokuskan pikiran untuk memperhatikan guru dalam kegiatan belajar mengajar supaya siswa dapat memahami materi dan instruksi yang disampaikan oleh guru sehingga siswa dapat menerima materi dengan baik.

#### ***2.2.2.4 Perhatian belajar terpusat atau konsentratif***

Perhatian terpusat adalah pemusatan pikiran yang terjadi hanya pada satu objek yang sangat terbatas dan menghiraukan objek lain yang berada disekitarnya sehingga siswa dapat menguasai materi secara cepat dan tepat.

#### ***2.2.2.5 Perhatian belajar distributif atau terpencar***

Perhatian distributif merupakan pemusatan pikiran yang tertuju pada lebih dari satu objek. Contohnya siswa yang sedang menyalin materi yang dibacakan oleh guru maka siswa tersebut akan fokus kepada 2 objek yaitu materi yang dibacakan oleh guru dan materi yang ia tuliskan dibuku catatannya.

Dari kelima macam atensi belajar, dapat disimpulkan bahwa perlu adanya stimulus atau objek untuk merangsang siswa agar memiliki atensi belajar. Stimulus tersebut dapat berupa benda yang mencolok ataupun sesuatu yang menarik.

### **2.2.3 Faktor yang mempengaruhi Atensi**

Nugroho (2007) menyebutkan bahwa ada empat faktor yang menyebabkan siswa sulit untuk beratensi saat kegiatan belajar mengajar di kelas, antara lain:

#### ***2.2.3.1 Tidak memiliki motivasi diri***

Kurangnya motivasi dalam belajar dapat menyebabkan siswa mudah terpengaruh terhadap hal-hal lain yang lebih menarik sehingga pikirannya akan lebih terfokus pada hal tersebut dibandingkan dengan hal yang sedang dipelajarinya.

#### ***2.2.3.2 Suasana Lingkungan Belajar yang Tidak Kondusif***

Suasana lingkungan yang berisik seperti adanya suara kendaraan, suara musik yang terlalu keras, suara orang yang sedang bertengkar dan lain-lain juga dapat mempengaruhi atensi belajar karena ketika seseorang sedang fokus dengan suatu objek atau suatu hal kemudian terdapat suara yang dapat membuat pikiran teralihkan sehingga tidak bisa fokus kepada objek tersebut. Selain itu kondisi lingkungan yang berantakan, kurangnya penerangan, peralatan yang mencolok juga dapat mempengaruhi atensi dan dapat menimbulkan rasa yang tidak nyaman untuk belajar.

### **2.2.3.3 Kondisi Kesehatan Siswa**

Ketika siswa dalam keadaan sakit, kurang tidur, lelah dan lapar sangat berpengaruh terhadap kemampuan seseorang dalam beratensi saat belajar.

### **2.2.3.4 Siswa Merasa Jenuh**

Suatu kondisi dimana siswa mengalami rasa bosan karena beban pelajaran yang banyak dan padatnya kegiatan yang harus diikuti dapat menurunkan tingkat konsentrasi seseorang.

Dari empat faktor diatas, suasana sekitar atau lingkungan merupakan faktor yang sangat mempengaruhi atensi belajar siswa hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Salehah dkk (2018) yang menyebutkan bahwa terdapat adanya perbedaan tingkat atensi belajar siswa yang berada di kelas dengan suhu dingin, ideal dan panas. Selain suhu ruangan, suasana kelas yang gaduh akan menyebabkan siswa kurang beratensi dalam kegiatan belajar mengajar.

### **2.2.4 Aspek Atensi Belajar**

Keller (2010) menyebutkan bahwa siswa yang kurang memiliki atensi belajar disebabkan oleh adanya kebosanan. Untuk mengetahui apakah siswa merasa bosan atau tidak dapat dilihat dari tiga aspek atensi belajar, yaitu: (1) minat belajar, (2) rasa ingin tahu, (3) mempertahankan perhatian. Selain itu, Nugroho (2007) juga memberikan beberapa aspek mengenai atensi belajar, yaitu (1) pemusatan pikiran, (2) motivasi, (3) kesiapan belajar.

Jika dilihat kembali berdasarkan kedua pendapat ahli tersebut, terdapat kesamaan aspek mengenai atensi belajar. maka dari itu telah dirangkum kembali

kedua pendapat tersebut agar lebih fokus dan tidak saling tumpang tindih. Kedua pendapat diatas dapat dijelaskan sebagai berikut:

#### ***2.2.4.1 Minat Belajar***

Minat dan perhatian memiliki hubungan yang sangat erat. Siswa yang memiliki minat pada pelajaran tertentu, cenderung akan memperhatikan mata pelajaran tersebut. Apabila siswa memiliki minat pada pelajaran tertentu maka ia akan memperhatikannya. Namun apabila siswa tidak berminat pada salah satu pelajaran yang sedang diajarkan, maka siswa tidak akan memperhatikan dan merasa malas untuk mengerjakan apa yang diperintahkan oleh guru.

Minat belajar merupakan kecenderungan siswa untuk mendapatkan informasi, pengetahuan, kecakapan melalui usaha, pengajaran atau pengalaman (Hardjana dalam Khairani, 2017). Minat belajar memiliki pengaruh yang besar terhadap aktivitas belajar, hal ini sejalan dengan pendapat (Slameto, 2010) yang menyebutkan bahwa kurangnya minat belajar mengakibatkan kurangnya ketertarikan pada suatu bidang tertentu dan adanya penolakan kepada guru. Dapat disimpulkan bahwa minat belajar merupakan keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar mengajar dimana siswa mampu memperhatikan guru, mampu mengerjakan tugas dengan baik dan mengikuti instruksi yang diberikan oleh guru.

#### ***2.2.4.2 Rasa Ingin Tahu***

Rasa ingin tahu menjadikan siswa terus berupaya mengetahui atau mempelajari sesuatu dari segala sumber belajar yang tersedia. Rasa ingin tahu merupakan keinginan siswa untuk menyelidiki dan mencari pemahaman terhadap sesuatu yang menarik perhatiannya. Adanya rasa ingin tahu siswa mendorong



siswa tersebut untuk memperhatikan guru dalam kegiatan belajar mengajar. Ketika siswa ingin mengetahui suatu hal maka siswa tersebut akan memperhatikan secara detail dengan cara menanyakan sesuatu yang belum siswa pahami dan siswa akan mengingat-ingat apa yang telah ia pahami. Menurut Samani & Hariyanto (2012) rasa ingin tahu merupakan sikap dan tindakan yang berupaya untuk mengetahui lebih mendalam dan meluas dari apa yang dipelajarinya, dilihat dan didengar.

#### **2.2.4.3 Mempertahankan Perhatian**

Siswa yang memiliki atensi belajar akan mempertahankan perhatiannya pada saat kegiatan belajar mengajar. Siswa tersebut akan memperhatikan gurunya dalam situasi apapun meskipun dalam situasi yang kurang kondusif. Siswa akan tetap tenang dan fokus memperhatikan ketika kegiatan belajar mengajar, siswa tidak mudah terusik dengan hal-hal yang mengganggu kegiatan belajar mengajar. Hal-hal yang dapat mengganggu kegiatan belajar mengajar misalnya adanya kegaduhan yang terjadi baik di dalam maupun di luar kelas.

Dari aspek atensi belajar di atas dapat disimpulkan bahwa atensi belajar memiliki aspek-aspek yang perlu dimiliki pada setiap siswa. Siswa belajar untuk menciptakan kondisi yang baik sehingga dapat mencapai tujuan belajar yang optimal.

#### **2.2.5 Bentuk-Bentuk Atensi Belajar**

Kegiatan belajar mengajar dikatakan efektif apabila siswa memiliki minat dan perhatian dalam kegiatan belajar mengajar (Usman, 2009). Atensi siswa muncul didorong adanya rasa ingin tahu (Sugihartono, 2007). Untuk

menimbulkan rasa ingin tahu siswa maka diperlukan adanya stimulus sehingga siswa selalu memusatkan perhatiannya saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Agar siswa memperhatikan materi yang disampaikan pada saat kegiatan belajar mengajar, diharapkan guru dapat mendorong keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar mengajar atau aktivitas pembelajaran. Djamarah (2008) menyebutkan sepuluh aktivitas pembelajaran sebagai berikut :

#### ***2.2.5.1 Mendengarkan***

Mendengarkan merupakan suatu aktivitas yang dilakukan dengan menggunakan alat indera berupa telinga. Dalam kegiatan belajar mengajar siswa diharuskan untuk mendengarkan apa yang dijelaskan oleh guru sehingga ia dapat memahami materi yang dijelaskan oleh guru. Saat guru menjelaskan materi siswa harus tenang agar siswa hanya memperhatikan materi yang dijelaskan oleh guru.

#### ***2.2.5.2 Memandang***

Memandang merupakan aktivitas yang dilakukan menggunakan alat indera penglihatan berupa mata. Kegiatan belajar mengajar menggunakan media untuk memudahkan siswa dalam memahami materi. Media sederhana yang biasanya digunakan oleh guru adalah papan tulis, di kelas siswa memandang papan tulis yang berisikan sebuah materi yang dituliskan oleh guru. Apabila siswa tidak memandang tulisan yang berada dipapan tulis maka siswa akan mengalami kesulitan untuk memahami materi selain itu, memandang yang baik adalah mempertahankan kontak mata terhadap guru yang menjelaskan dan media pembelajaran yang digunakan.

### ***2.2.5.3 Meraba, membau dan mencicipi/mengecap***

Meraba, membau dan mencicipi merupakan tiga aktivitas yang berbeda. Ketika guru menyampaikan materi tentang masakan, siswa melakukan aktivitas meraba untuk mengetahui tekstur dari suatu bahan masakan dan membau untuk mengetahui berbagai jenis bumbu yang digunakan dan mencicipi untuk mengetahui rasa masakan. Sehingga siswa dapat memahami maksud dari materi yang disampaikan oleh guru.

### ***2.2.5.4 Menulis atau mencatat***

Menulis merupakan kegiatan siswa untuk menuangkan apa yang ada dipikirkannya dan apa yang ia dengar dalam bentuk susunan kata atau kalimat. Biasanya siswa juga menyalin atau menuliskan kembali apa yang dituliskan oleh guru di papan tulis dan menuliskan apa yang disampaikan oleh guru.

### ***2.2.5.5 Membaca***

Membaca merupakan aktivitas belajar yang paling banyak dilakukan selama belajar di sekolah. Dengan membaca siswa dapat memahami materi pelajaran dan membaca dapat memudahkan siswa untuk memperoleh informasi. Kegiatan membaca merupakan kegiatan awal dalam belajar, siswa dapat mengetahui berbagai informasi melalui membaca karena membaca merupakan jendela pengetahuan.

### ***2.2.5.6 Membuat ringkasan dan menggaris bawahi***

Meringkas merupakan menuliskan hal-hal penting tanpa merubah naskah aslinya. Meringkas memudahkan siswa untuk mengingat materi yang dijelaskan oleh guru atau hal penting yang ada di dalam buku. Menggaris bawahi merupakan

memberikan tanda kepada materi atau kata-kata yang dianggap penting sehingga memudahkan siswa untuk membuat ringkasan.

#### ***2.2.5.7 Mengamati table-tabel, diagram-diagram dan bagan-bagan***

Untuk memudahkan siswa dalam memahami materi, terkadang guru menggunakan tabel, diagram atau bagan. Tak jarang di dalam buku sering dijumpai tabel, diagram atau bagan. Bagan juga dapat digunakan untuk menuliskan *point* penting sebuah materi agar lebih mudah dihafal.

#### ***2.2.5.8 Mengingat***

Ingatan merupakan kemampuan jiwa untuk memasukan, menyimpan dan menimbulkan kembali hal-hal yang telah lampau. Dengan daya ingatan yang kuat maka siswa dapat dengan mudah untuk menghafalkan pelajaran berupa pengertian, rumus, bentuk dan lain sebagainya.

#### ***2.2.5.9 Berpikir***

Berpikir membuat siswa mengerti tentang sebab akibat. Dengan berpikir siswa dapat mengerjakan soal dan menjawab pertanyaan dari guru atau dapat menanyakan sesuatu yang belum dipahami oleh siswa.

#### ***2.2.5.10 Latihan atau Praktik***

Latihan merupakan salah satu cara yang efektif untuk memperkuat ingatan. Dengan adanya latihan yang rutin maka kita akan lebih mudah mengingat atau menghafal.

Atensi belajar siswa dapat dilihat dari 10 bentuk aktivitas siswa saat kegiatan belajar mengajar. Aktivitas tersebut muncul saat guru memberikan stimulus kepada siswa saat kegiatan belajar mengajar. Stimulus yang diberikan

berupa sesuatu yang menarik, misalnya guru memberikan materi dengan menggunakan media yang unik.

### **2.2.6 Upaya Meningkatkan Atensi Belajar Siswa**

Atensi belajar merupakan aktivitas siswa dalam memusatkan perhatiannya dengan cara mendengarkan dan memahami apa yang disampaikan oleh guru pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung dan mengabaikan hal-hal yang tidak ada kaitan dengan kegiatan belajar mengajar. Atensi merupakan komponen terpenting dalam kegiatan belajar mengajar. siswa yang kurang memiliki atensi akan mengalami kesulitan untuk memfokuskan diri dan menarik informasi dari lingkungan sekitar. Atensi belajar memiliki konsep yang sama dengan konsentrasi belajar, hal ini diungkapkan oleh Dimiyati & Mujiono (2013) yang menyatakan bahwa konsentrasi belajar merupakan kemampuan siswa dalam memfokuskan perhatiannya terhadap kegiatan belajar mengajar di kelas. Dapat disimpulkan bahwa konsentrasi belajar memiliki konsep yang sama dengan atensi belajar, yaitu sama-sama memfokuskan perhatiannya pada saat kegiatan belajar mengajar di kelas dan tidak memperdulikan hal lain yang tidak ada kaitannya dengan kegiatan belajar mengajar.

Pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung masih ada siswa yang melakukan hal lain seperti bergurau dengan teman sebangkunya, tidak duduk ditempat duduknya dengan tenang, membaca buku atau novel, menggambar, berjalan-jalan di dalam dan kegiatan lainnya yang tidak ada kaitannya dengan kegiatan belajar mengajar. Dengan adanya hal tersebut membuat siswa tidak mengikuti pelajaran dengan baik, hal ini akan menyebabkan siswa tidak

memahami pelajaran dengan baik karena tidak memperhatikan guru saat kegiatan belajar mengajar berlangsung dan akan menyebabkan siswa mendapatkan prestasi belajar yang kurang maksimal.

Oleh karena itu, untuk mendapatkan hasil prestasi belajar yang baik, diperlukan upaya untuk meningkatkan atensi belajar. Terdapat berbagai macam upaya untuk meningkatkan atensi siswa. Kurniasih dkk., (2018) menyatakan bahwa atensi siswa dapat ditingkatkan melalui penerapan model pembelajaran kolaboratif dengan Afl melalui strategi pemberian balikan yaitu guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar secara berkelompok dan menjawab pertanyaan dari guru secara cepat.

Menurut Argaswari (2018) atensi siswa dalam pelajaran matematika dapat ditingkatkan dengan cara guru memberikan desain pembelajaran menggunakan pengintegrasian sejarah matematika. Pengintegrasian sejarah matematika ini dilakukan dengan memberikan gambaran manfaat dari penemuan *Pythagoras* dengan menggunakan video. Sehingga siswa merasa tertarik untuk mengikuti pelajaran karena menggunakan media video.

Sedangkan Setiani (2014) menyatakan salah satu cara untuk meningkatkan konsentrasi belajar adalah dengan cara bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok dapat membantu siswa untuk berani berbicara di depan orang banyak untuk mengemukakan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan dan lainnya. Apabila siswa tidak berkonsentrasi dengan materi yang ada maka siswa akan kesulitan untuk melakukan hal tersebut. Dengan mengikuti layanan bimbingan kelompok diharapkan siswa dapat berkonsentrasi untuk memahami materi yang

dibahas. Sulaiman, Mahbob, & Azlan (2011) menjelaskan bahwa pembelajaran di luar kelas dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Lingkungan belajar yang kondusif sangat penting untuk meningkatkan konsentrasi atau fokus belajar. dalam meningkatkan kualitas pembelajaran, keterampilan komunikasi guru dan metode pembelajaran menjadi hal yang penting. Dalam meningkatkan kepuasan belajar, siswa lebih suka belajar dalam lingkungan belajar yang santai. hal tersebut dapat dicapai melalui pembelajaran di luar kelas.

Guru memegang peran penting dalam meningkatkan atensi belajar siswa di kelas dapat dilakukan dengan cara guru memberikan penguatan (*reinforcement*) pada siswa. Parsonson (2012) menjelaskan bahwa guru yang mendukung dan mendorong siswa dengan memberikan penguatan positif (*positive reinforcement*) pada perilaku siswa yang sesuai dapat meningkatkan kemungkinan mereka untuk berperilaku secara efektif.

Guru dapat memberikan penguatan (*reinforcement*) erat kaitannya dengan *operant conditioning* dalam pendekatan *behavior*. Pendekatan *behavior* adalah suatu pendekatan yang memandang perilaku individu yang muncul berasal dari adanya hasil belajar yang disertai dengan pemberian *reward* atau *reinforcement*. Apabila hasil belajar siswa salah, maka perilaku yang dimunculkan salah. Agar hasil belajar siswa tidak salah maka diperlukan adanya atensi. Hal ini didukung oleh Gazali dalam Slameto (2010) yang menyatakan bahwa untuk mendapatkan hasil belajar yang baik maka diperlukan adanya perhatian atau atensi pada kegiatan belajar mengajar. Pendekatan *behavior* memiliki banyak teknik yang digunakan untuk memodifikasi perilaku.

Salah satu teknik dalam pendekatan behavior yang menggunakan *reinforcement* adalah teknik *token economy*. *Token economy* dapat digunakan untuk membentuk tingkah laku yang layak bisa diperkuat dengan perkuatan yang bisa diraba (tanda-tanda seperti kepingan logam) yang nantinya bisa ditukar dengan objek-objek atau hak istimewa yang diinginkan.

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa teknik *token economy* dapat dijadikan upaya untuk meningkatkan atensi belajar siswa serta dapat digunakan sebagai alternative metode oleh guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

### **2.3 Konseling Individu Pendekatan Behavior**

Konseling merupakan suatu pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli (konselor) kepada individu (konseli) secara langsung dengan tujuan untuk memecahkan suatu permasalahan bersama. Menurut Prayitno (2004) konseling individu merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh konselor kepada seorang konseli dalam rangka mengentaskan masalah pribadi konseli. Dalam konseling individu dilaksanakan interaksi langsung antara konseli dan konselor yang membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami konseli.

Konseling individu merupakan bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah kehidupannya dengan wawancara dan cara yang sesuai dengan keadaan yang dihadapi individu untuk mencapai kesejahteraan hidupnya (Walgito, 2005). Sedangkan Abidin (2009) menyebutkan bahwa



konseling individu adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah, yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh konseli.

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa konseling individu merupakan suatu proses bantuan yang dilakukan oleh konselor dengan konseli secara langsung atau tatap muka antara dengan tujuan untuk mengentaskan suatu permasalahan yang dihadapi oleh konseli secara bersama-sama.

Pada dasarnya setiap proses konseling tidak akan pernah lepas dari pendekatan-pendekatan konseling. Salah satu pendekatan dalam konseling adalah pendekatan behaviorial. Konseling individu behaviorial merupakan pendekatan konseling yang berfokus pada perubahan nyata pada perilaku konseli, yaitu perubahan perilaku dari maladaptif menjadi perilaku yang adaptif. Dalam hal ini untuk mengeliminasi perilaku maladaptif dan memperkuat perilaku adaptif disertai dengan pemberian *reinforcement* atau penguatan. Bentuk *reinforcement* ini dapat berupa pujian ataupun barang yang dapat mendorong individu untuk berperilaku adaptif.

Konseling behaviorial memiliki tujuan yaitu, (1) menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar, (2) penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif, (3) memberi pengalaman belajar yang adaptif namun belum dipelajari, (4) membantu konseli membuang respon-respon yang lama yang merusak diri atau maladaptif dan mempelajari respon-respon baru yang lebih sehat dan sesuai, (5)

konseli belajar perilaku baru dan mengeliminasi perilaku yang lama, memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan, dan (6) penetapan tujuan dan tingkah laku serta upaya pencapaian sasaran dilakukan bersama antara konseli dan konselor (Komalasari, 2016).

Untuk mencapai tujuan konseling behavior, diperlukan adanya suatu tahapan dalam konseling. Tahapan konseling behavior menurut Komalasari (2016) , sebagai berikut:

### **2.3.1 Assessment**

Pada tahap ini konselor memperkirakan apa yang diperbuat konseli pada waktu itu (memperkirakan apa yang membebani konseli) agar dapat menentukan model mana yang akan dipilih untuk mengubah tingkah laku konseli.

### **2.3.2 Goal Setting**

Konselor dan konseli harus merumuskan tujuan yang ingin dicapai dalam konseling.

### **2.3.3 Technique Implementation**

Menentukan teknik atau strategi yang akan diterapkan atau digunakan atau dipakai dalam mencapai tingkah laku yang ingin diubah.

### **2.3.4 Evaluation-termination**

Konselor melihat atau menilai apa yang telah diperbuat oleh klien dan melihat apakah klien bertindak tepat) sehingga dapat diketahui apakah konseling yang sudah diberikan itu efektif, dan apakah teknik atau strategi konseling behavior yang digunakan itu cocok atau tidak cocok.

### **2.3.5 Feedback**

Pemberian umpan balik atau masukan terhadap proses konseling yang telah diberikan. *Feedback* diperlukan untuk memperbaiki proses konseling.

## **2.4 Pendekatan *Behavior* dengan *Token Economy***

Pendekatan *behavior* merupakan pendekatan yang memandang bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari, tingkah laku lama dapat diganti dengan yang baru, dan manusia memiliki potensi untuk bertingkah laku baik atau buruk, tepat atau salah. Ada beberapa tokoh yang memelopori pendekatan *behavior* antara lain : Pavlov, Skinner, Watson dan Bandura. Ada tiga trend dalam pendekatan *behavior*. Trend yang pertama yaitu *Classical Conditioning*. Tokoh pada trend pertama ini adalah Pavlov. Hasil penelitian dari Pavlov yang terkenal adalah reflex berkondisi (*conditioned reflex*). Penelitian yang dilakukan oleh Pavlov adalah memberikan stimulus atau rangsangan kepada seekor anjing agar anjing tersebut mengeluarkan air liur sebagai respon dari stimulus yang diberikan. Stimulus yang digunakan untuk menimbulkan respon pada anjing ada 2, yaitu bunyi bel (*conditioning stimulus*) dan makanan (*unconditioning stimulus*) dan air liur sebagai *unconditioning response*.

Trend kedua yaitu *operant conditioning* yang dikembangkan oleh Skinner. *Operant conditioning* memiliki prinsip *reinforcer*, pada percobaan ini menggambarkan apabila tingkah laku yang belum pernah dilakukan oleh seseorang dan ia melakukan tingkah laku tersebut maka ia akan mendapatkan

hadiah (*reinforcement*) maka tingkah laku tersebut akan diulangi. Trend ketiga yaitu teori belajar sosial yang dikembangkan oleh Bandura yang didasarkan pada konsep saling menguntungkan (*reciprocal determinism*), tanpa penguatan (*beyond reinforcement*) dan pengaturan diri atau berpikir (*self regulation/cognition*).

#### **2.4.1 Pengertian *Token Economy***

Kartu berharga (*token economy*) merupakan teknik konseling *behavioral* yang didasarkan pada prinsip *operant conditioning* Skinner yang termasuk di dalamnya adalah penguatan. *Token economy* adalah strategi menghindari pemberian *reinforcement* secara langsung, *Token* merupakan penghargaan yang dapat ditukar kemudian dengan berbagai barang yang diinginkan oleh konseli. Kartu berharga (*token economy*) dapat diterapkan di berbagai setting dan populasi mulai dari anak-anak hingga orang dewasa (Corey dalam Komalasari dkk., 2016).

*Token economy* merupakan sistem perlakuan pemberian penghargaan kepada siswa yang diwujudkan secara visual. *Token economy* adalah usaha mengembangkan perilaku sesuai dengan tujuan yang diharapkan melalui penggunaan penghargaan. Setiap individu mendapat penghargaan setelah menunjukkan perilaku yang diharapkan. Hadian dikumpul selanjutnya setelah hadian terkumpul ditukar dengan penghargaan yang bermakna. Menurut Corey (2005), *token economy* dapat diaplikasikan untuk membentuk tingkah laku ketika penghargaan dan berbagai *reinforcement* sosial (*intangible*) tidak berhasil digunakan.

### **2.4.2 Tujuan *Token Economy***

Tujuan dari *token economy* menurut Erford (2017) , sebagai berikut :

- (1) Meningkatnya kepuasan dalam mendorong peningkatan kompetensi siswa melalui penghargaan yang kongkrit atau visual sehingga tingkat kesenangan siswa melakukan sesuatu prestasi benar-benar tampak,
- (2) Meningkatnya efektivitas waktu dalam pelaksanaan pembelajaran,
- (3) Berkurangnya kebosanan,
- (4) Meningkatnya daya respon,
- (5) Berkembangnya penguatan yang lebih alami,
- (6) Meningkatnya penguatan.

### **2.4.3 Tipe/Jenis Teknik *Token Economy***

Ketika melaksanakan program *token economy* perlu memperhatikan dan memilih tipe dan jenisnya dengan tepat agar perubahan perilaku sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Ada beberapa tipe dari teknik *token economy* diantaranya adalah *respons cost system*, *mystery motivator*, *self-monitoring*, dan *group versus individual intervention* (Erford, 2017). Berikut penjelasannya:

#### **2.4.3.1 *Respons Cost System***

*Respons cost* adalah pelaksanaan teknik dengan cara penambahan sistem biaya respon berdasarkan hukuman. Pelaksanaan tipe ini yakni dengan cara tidak hanya klien yang mendapatkan token untuk menampilkan perilaku yang positif, tapi ketika klien juga mendapatkan hukuman ketika melanggar perilaku target atau aturan yakni dengan cara klien menyerahkan salah satu *token* miliknya. *Respons cost system* merupakan upaya mengurangi kemungkinan perilaku yang

tidak diharapkan dan meningkatkan kemungkinan perilaku yang diharapkan di masa mendatang.

#### **2.4.3.2 *Mistery Motivator***

Dalam variasi ini, alih-alih memberi tahu partisipan apa backup *reinforcer*-nya, *reward* diletakkan dalam amplop dan tetap misterius. Variasi motivator misterius lebih meningkatkan kepatuhan perilaku dibanding prosedur *token economy*.

#### **2.4.3.3 *Self-Monitoring (Pemantauan Diri)***

Hal ini dimaksudkan sebagai upaya memperluas perubahan perilaku setelah *reward* tidak diberikan lagi. Bersama prosedur token economy, partisipan diminta mencatat saat-saat di mana dirinya berperilaku baik. Aturannya ditempelkan dan bersifat spesifik, sehingga partisipan dapat melihat dengan mudah ketika aturan dilanggar.

#### **2.4.3.4 *Implementasi Kelompok Versi Individual***

Menggunakan *token economy* dengan seluruh kelompok, apakah itu seluruh kelas, sekolah atau penjara, membutuhkan lebih banyak waktu, perencanaan dan kesabaran di pihak implementer.

Dari uraian diatas, jenis atau tipe *token* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *respons cost system*, dimana siswa tidak hanya mendapatkan *token* untuk memunculkan perilaku positif, tetapi siswa juga akan mendapatkan hukuman apabila melanggar perilaku target atau aturan yang telah disepakati bersama.

#### 2.4.4 Sasaran Pengguna

*Token economy* dapat digunakan untuk mengubah perilaku kelompok atau individu dalam berbagai pengaturan yang berbeda. Dalam lingkungan pendidikan, *token economy* dapat digunakan untuk meningkatkan manajemen kelas, khususnya dengan siswa yang memiliki masalah perilaku, namun tidak terbatas pada perilaku yang mengganggu, seperti gangguan pemusatan perhatian / *hyperactivity disorder* (AD/ HD), dan masalah emosional yang serius. *Token economy* juga dapat digunakan untuk meningkatkan partisipasi kelas atau semakin meningkatkan perilaku positif dari perilaku yang tidak sesuai seperti fobia sekolah, tantrum, mengisap ibu jari, encopresis, dan lain sebagainya (Erford, 2017).

Intervensi *token economy* bisa dipakai untuk mendidik anak di rumah dan disekolah, khususnya kepada anak yang lambat belajar, autistik, dan delinkuen (di rumah sakit jiwa dipakai untuk mengubah tingkah laku penderita psikiatrik kronik) (Alwisol, 2005). Teknik yang didasarkan pada prinsip kondisioning operan didesain untuk mengubah tingkah laku klien. Intervensi ini bisa dipakai untuk mendidik anak di rumah dan di sekolah, khususnya kepada anak yang lambat belajar, autusti, dan delinkuen. (di rumah sakit jiwa dipakai untuk mengubah tingkah laku penderita psikiatrik kronik).

Sasaran pengguna dalam penelitian ini adalah siswa dengan gangguan pemusatan perhatian. Dalam hal ini siswa yang memiliki atensi belajar rendah merupakan siswa yang mengalami gangguan pemusatan perhatian. Siswa yang memiliki atensi belajar yang rendah akan mudah merasa bosan dengan kegiatan

belajar mengajar. Karena merasa bosan maka tersebut melakukan hal lain yang tidak ada kaitannya dengan kegiatan belajar mengajar seperti bergurau dengan teman sebangku, bermain *smartphone*, berjalan di dalam kelas, memainkan alat tulis dan perilaku lainnya yang tidak memperhatikan guru saat kegiatan belajar mengajar. Harapannya setelah siswa mendapatkan perlakuan teknik *token economy* siswa dapat meningkatkan perilaku memperhatikan guru.

#### **2.4.5 Prosedur dan Aplikasi *Token Economy***

*Token economy* memiliki beberapa prosedur dalam pengaplikasiannya. Berikut merupakan simpulan dari prosedur/tahapan pelaksanaan teknik *token economy* menurut (Erford, 2017):

- (1) Mengidentifikasi perilaku-perilaku yang diubah. Reid mengusulkan untuk menyebutkan secara spesifik perilaku-perilaku itu dan mendeskripsikan standar untuk kinerja yang dianggap memuaskan.
- (2) Membuat dan men-*display* aturan. Sangat penting untuk memastikan bahwa semua partisipan memahami aturan untuk memberi token, kuantitas token yang dianugerahkan untuk perilaku-perilaku yang berbeda, dan kapan klien dapat menukarkan token untuk mendapatkan *reward*.
- (3) Konselor profesional perlu memilih apa yang akan digunakan sebagai token. Token seharusnya aman, kuat, mudah diberikan, dan sulit untuk direplikasi. Penting bahwa *backup reinforcer* itu memiliki signifikansi atau daya tarik tertentu bagi klien.
- (4) Menetapkan “harga” dengan memilih berapa banyak token yang harus dimiliki partisipan sebelum menukarkannya untuk *backup reinforcer*.



Hadiah dalam bentuk kartu berharga diberikan kepada klien setiap kali klien memunculkan tingkah laku yang dikehendaki. “Pemberian *reinforcement* diatur dalam interval atau rasio, bisa divariasikan dengan memberi hukuman, yakni mengambil kartu yang sudah dimiliki klien kalau dia melakukan kesalahan. Sesudah kartu di tangan klien mencapai jumlah tertentu, dapat ditukar dengan *reinforcement* primer yang disukainya” (Alwisol, 2009).

## **2.5 Kerangka Berpikir**

Atensi belajar merupakan pemusatan perhatian siswa pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Untuk memusatkan perhatian saat kegiatan belajar mengajar dapat dilihat dari aktivitas belajar siswa berupa mendengarkan, menulis, membaca, meringkas, meraba, berlatih, berpikir dan lain sebagainya. Atensi adalah pemusatan pikiran untuk menerima dan mengingat informasi Roda & Nabeth (2005). Atensi merupakan salah satu faktor terpenting dalam kegiatan belajar mengajar, apabila siswa memiliki atensi yang rendah maka hasil belajarnya kurang optimal (Lewis dalam Brand, 2010). Siswa yang memiliki atensi rendah akan mudah bosan dan melakukan aktivitas lain untuk mengurangi rasa bosannya.

Aktivitas lain yang biasanya dilakukan oleh siswa saat kegiatan belajar mengajar adalah mengobrol, menggambar, membaca novel, jalan-jalan di kelas, bernyanyi, tidur dan lain sebagainya. Adanya aktivitas lain yang dilakukan oleh

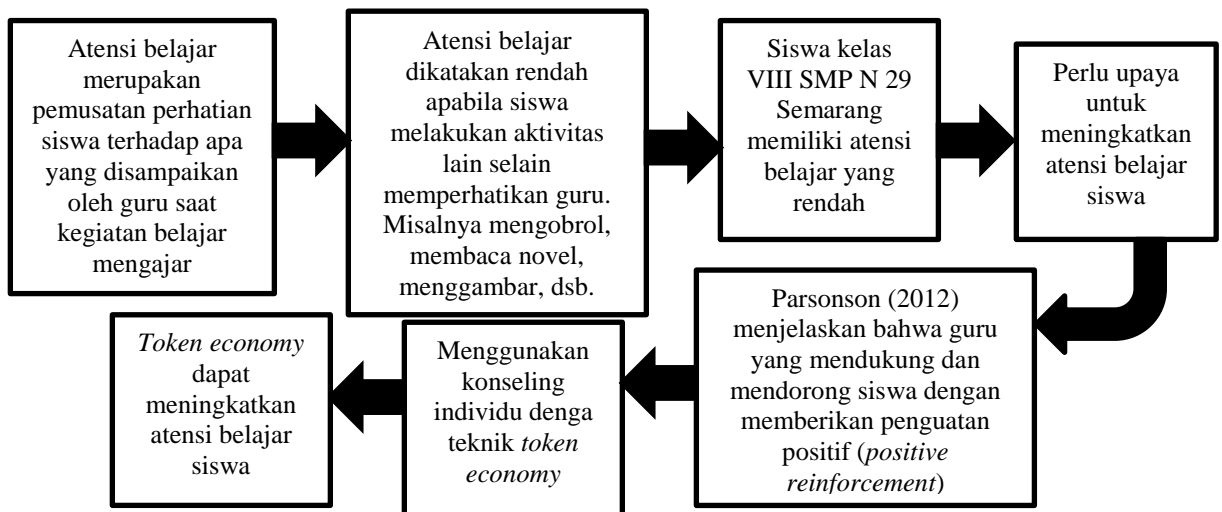
siswa menyebabkan siswa lain merasa terganggu dan menjadi tidak dapat memperhatikan guru saat kegiatan belajar mengajar berlangsung.

Hasil studi pendahuluan dengan menggunakan skala atensi belajar yang diberikan kepada 30 siswa di SMP Negeri 29 Semarang, diperoleh data sebesar 70,82% siswa mengalami kesulitan untuk memusatkan perhatian pada saat kegiatan belajar mengajar. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat permasalahan atensi belajar siswa di SMP Negeri 29 Semarang dalam kategori rendah. Selain menggunakan skala atensi belajar dalam mengambil data awal, penulis juga melakukan observasi untuk mengetahui tingkat atensi belajar siswa. Hasil observasi menunjukkan bahwa 10 dari 32 siswa yang kurang memiliki atensi. Hal ini dapat dilihat ketika dalam kegiatan belajar mengajar siswa tersebut kurang memperhatikan guru yang sedang menjelaskan materi, siswa tidak mendengarkan dengan baik penjelasan dari guru dan tidak bisa menjawab pertanyaan dari guru.

Oleh karena itu, guru harus menarik atensi siswa agar tetap memperhatikan saat kegiatan belajar mengajar di kelas. Rendahnya atensi belajar siswa ini dapat berpengaruh pada hasil dan prestasi belajar. Apabila siswa kurang memiliki atensi belajar, maka siswa tidak dapat mencapai tujuan belajar secara optimal. Berkaitan dengan hal tersebut maka siswa harus memiliki atensi untuk mencapai tujuan belajar secara optimal. Sehingga perlu adanya upaya untuk meningkatkan atensi belajar siswa. Guru memegang peran penting dalam meningkatkan atensi belajar siswa di kelas dapat dilakukan dengan cara guru memberikan penguatan (*reinforcement*) pada siswa. Parsonson (2012) menjelaskan bahwa guru yang

mendukung dan mendorong siswa dengan memberikan penguatan positif (*positive reinforcement*) pada perilaku siswa yang sesuai dapat meningkatkan kemungkinan mereka untuk berperilaku secara efektif.

Salah satu teknik pendekatan *behavior* yang menggunakan *reinforcement* untuk meningkatkan perilaku adalah teknik *token economy*. Teknik *token economy* merupakan bentuk *reinforcement* positif yang apabila siswa mendapatkan *token* atau tanda ketika melakukan perilaku yang diinginkan (Erford, 2017). Kemudian siswa mengumpulkan *token* tersebut dalam jumlah tertentu dan siswa dapat menukarkannya dengan *reinforcer* yang disepakati, *reinforcer* tersebut dapat berupa hadiah atau yang lainnya. Penerapan teknik *token economy* dilakukan dengan konseling individu. Dengan diberikan menggunakan konseling individu siswa diharapkan lebih terbuka mengenai alasan mereka kurang beratensi saat kegiatan belajar mengajar berlangsung karena hanya terpusat pada siswa tersebut, selain itu untuk lebih optimal dalam mencapai tujuan dari teknik *token economy* yaitu siswa dapat meningkatkan perilaku memperhatikan guru saat kegiatan belajar mengajar.



**Gambar 2.1 Kerangka Berpikir**

## 2.6 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian (Sugiyono, 2017). Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “konseling individu pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy* efektif untuk meningkatkan atensi belajar siswa.”

## **BAB V**

### **PENUTUP**

Pada bab ini akan dijelaskan mengenai simpulan dan saran yang didapatkan dari hasil penelitian keefektifan konseling individu pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy* untuk meningkatkan atensi belajar siswa kelas VIII di SMP N 29 Semarang.

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan tentang keefektifan pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy* untuk meningkatkan atensi belajar siswa, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat atensi belajar siswa kelas VIII SMP N 29 Semarang tergolong rendah sebelum diberikan konseling individu pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy*. Dimana siswa melakukan kegiatan lain yang tidak ada kaitannya dengan pelajaran seperti menggunakan *smartphone*, bergurau, tidak duduk dengan tenang dan pasif saat kegiatan diskusi.
2. Tingkat atensi belajar siswa kelas VIII SMP N 29 Semarang mengalami peningkatan setelah diberikan konseling individu pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy*. Siswa mampu memperhatikan guru

dengan baik saat kegiatan belajar mengajar dan mampu mengangkat tangan untuk bertanya atau menjawab saat kegiatan diskusi.

3. Konseling individu pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy* berpengaruh terhadap peningkatan atensi belajar siswa kelas VIII di SMP N 29 Semarang, hal ini ditunjukkan dengan adanya hasil sesudah (*posttest*) diberikannya konseling dengan pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy* yang mengalami peningkatan yang signifikan.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di SMP 29 Semarang dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi guru bimbingan dan konseling (Konselor Sekolah), diharapkan dapat bekerjasama melakukan kolaborasi dalam mengaplikasikan pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy* untuk meningkatkan atensi belajar siswa, dalam mengaplikasikan pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy* diharapkan guru dan konselor dapat menyusun kontrak yang jelas, spesifik, dan memfokuskan pada perilaku positif dan dapat mengembangkan pendekatan *behavior* menggunakan teknik *token economy* untuk mengubah perilaku selain atensi belajar.
2. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan menggunakan kelompok kontrol sehingga dapat diketahui mengenai perbandingan dua kondisi yang tidak diberikan perlakuan *token economy* dan yang diberikan *token economy*

sehingga kekonsistenan perubahan perilaku dapat terungkap lebih mendalam dan sampel yang lebih berbeda dilihat dari tempat penelitian, sekolah, mata pelajaran, latar belakang kebudayaan dan lain sebagainya karena penelitian tidak dapat digeneralisasikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abiding, Zainal. (2009). Optimalisasi Konseling Individu dan Kelompok untuk Keberhasilan Siswa. *Jurnal Pemikiran Alternatif Pendidikan*, 14 (1): 132-148
- Ahmadi, A. (2009). *Psikologi Umum*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aljuhaish, S. F. (2015). The Effectiveness of Behaviourist's Token Economy System on Teaching English as A Second Language at Saudi Schools in Kuala Lumpur. *International Journal Od Novel Research in Education and Learning*, 2(3), 43-49.
- Alwisol. (2005). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- \_\_\_\_\_. (2009). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Argaswari, D. P. A. D. (2018). Integrasi Sejarah Matematika untuk Meningkatkan Atensi Siswa. *Indonesian Journal of Mathematics Education*, 1(1), 59. <https://doi.org/10.31002/ijome.v1i1.950>
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. (2010). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Bina Aksara.
- Aziz, N. A. A., & Yasin, M. H. M. (2018). Token Economy to Improve Concentration among Students with Learning Disabilities in Primary School. *Journal of ICSAR*, 2(1), 32-36. <https://doi.org/10.17977/um005v2i12018p032>
- Azwar, S. (2005). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2011). *Reliabilitas & Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Brand, L. M. (2010). The Effect of Technology on Attention and Concentration Within The Classroom Context. *South African Journal of Education*, 33(January).
- Brochard, L. (2019). *June 1* (pp. 1-3). pp. 1-3.
- Corey, G. (2005). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Dimiyati, & Mudjiono. (2013). *Belajar & Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.



- Djamarah, S. B. (2008). *Psikologi Belajar* (2nd ed.). Jakarta: Rineka Cipta.
- Erford, B. T. (2017). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor* (II). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hadi, R. F. (2016). Proses Pembelajaran Matematika pada Anak Slow Learners (Lamban Belajar). *Premiere Educandum*, 6(3), 35–41.
- Hadi, S. (2000). *Statistik Jilid 2*. Andi OFFSET.
- \_\_\_\_\_. (2016). *Statistik Cetakan III*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hadis, A. (2006). *Psikologi dalam Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Heryanto, D., & Mulyasari, E. (2017). *Penerapan Teknik Modifikasi Perilaku Token Siswa Kelas V Sekolah Dasar*. II(1).
- Kassim, M., Yaseen, M., & Tahar, M. M. (2013). *The Use of Economy Token to Reduce Tantrum Among Autistic Students*. 5(1), 20–25.
- Keller, J. M. (2010). *Motivational Design for Learning and Performance*. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Khairani, M. (2017). *Psikologi Belajar*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Komalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih. (2016). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Kurniasih, R., Sujadi, I., & Pramesti, G. (2018). Penerapan Model Pembelajaran Kolaboratif dengan AFL Melalui Strategi Pemberian Balikan untuk Meningkatkan Perhatian Siswa terhadap Pembelajaran Matematika. *Jurnal Pendidikan Matematika Dan Matematika (JPMM)*, II(1), 42–48.
- Larasati, R., Boediman, L. M., & Aswanti, M. (2017). Penerapan Prinsip DIR/Floortime Meningkatkan Kemampuan Memusatkan Atensi pada Anak dengan ADHD. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 1(1), 33. <https://doi.org/10.25077/jip.1.1.33-44.2017>
- Ling, J., & Catling, J. (2012). *Psikologi Kognitif* (R. Rahmat & A. Maulana, Eds.). Jakarta: Erlangga.
- Miltenberger, R. G. (2008). *Behavior Modification*. Florida: Wadsworth.
- Mujiyati. (2015). Mereduksi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Melalui Token Economy. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(2), 142–150. Retrieved from <http://ejournal.stkipmpringsewu-lpg.ac.id/index.php/fokus/article/view/100>
- Nugroho, W. (2007). *Belajar Mengatasi Hambatan Belajar*. Surabaya: Prestasi Pustaka.

- Packard, R. G. (1970). The Control of " Classroom Attention ": A Group Contingency for Complex Behavior. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 3(I), 13–28.
- Parsonson, B. (2012). Evidence-Based Classroom Behaviour Management Strategies. *Kairaranga*, 13(1), 16–23.
- Prayitno & Amti. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Rahman, F. (2008). *Penyusunan Program BK di Sekolah*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan Nasional Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rahmawati, K. R. (2013). *Token Economy untuk Meningkatkan Atensi pada Anak Attention Deficit Disorder*. 1(1), 36–40.
- Irachmat, M, Reza. (2015). *Peningkatan Perhatian Siswa pada Proses Pembelajaran Kelas III Melalui Permainan*. Retrieved from Universitas Yogyakarta
- Roda, C., & Nabeth, T. (2005). The Role of Attention in The Design of Learning Management Systems. *IADIS International Conference on Cognition and Exploratory Learning in Digital Age, CELDA 2005*, (Heylighen), 148–155.
- Salehah, A., Anward, H. H., & Rachmah, D. N. (2018). Perbedaan Intensitas Atensi Siswa Pada Suhu Dingin, Ideal, Dan Panas Di Smk Telkom Sandhy Putra Banjarbaru. *Jurnal Ecopsy*, 3(1). <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v3i1.1939>
- Samani, M., & Hariyanto. (2012). *Pendidikan Karakter*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sari, Elia Fetika. (2019). *Keefektifan Teknik Token Economy untuk Meningkatkan Kedisiplinan pada Siswa SD HJ. Isriati Baiturrahman I Kota Semarang*. Skripsi Tidak Dipublikasikan. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Slameto. (2010). *Belajar & Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Solso, R. L., Maclin, O. H., & Maclin, M. K. (2007). *Psikologi Kognitif* (8th ed.; W. Hardani, Ed.). Jakarta: Erlangga.
- Sugihartono. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- \_\_\_\_\_. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sulaiman, W. I. W., Mahbob, M. H., & Azlan, A. A. (2011). Learning Outside The Classroom: Effects on Student Concentration and Interest. *Procedia -Social and Behavioral Sciences*, 18, 12–17. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.05.003>
- Suryabrata, S. (2011). *Psikologi Pendidikan* (5th ed.). Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Walgito, Bimo. (2005). *Bimbingan dan Konseling (Study & Karir)*. Yogyakarta: CV Andi Offset.