



Efektivitas Token *Economy* terhadap Kedisiplinan Waktu pada Mahasiswa: Studi SSR

Ishomudin Al Aziz*, Shelin Tians Nawansih, Muhammad Jamaluddin

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek dari pemberian token ekonomi terhadap kedisiplinan waktu pada mahasiswa. Kedisiplinan waktu merupakan salah satu bentuk sikap yang dapat dibentuk melalui pembiasaan dan penguatan. Penelitian ini menggunakan desain Single Subject Research dengan model A-B pada satu subjek dengan kecenderungan terlambat masuk kelas. Fase baseline dilakukan selama 5 hari tanpa intervensi dan fase intervensi selama 5 hari dengan token ekonomi. Data diperoleh melalui observasi dan wawancara dengan konsep pre dan post. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan berdasarkan skor kedisiplinan fase baseline dan intervensi. Meskipun perubahan belum stabil, hasil ini menunjukkan indikasi intervensi yang berdampak positif terhadap perilaku disiplin subjek.

Kata Kunci: Kedisiplinan, Disiplin Waktu, Token *Economy*

DOI:

<https://doi.org/10.47134/pjp.v2i4.4327>

*Correspondence: Ishomudin Al Aziz

Email: alaziz91putra@gmail.com

Received: 25-06-2025

Accepted: 25-07-2025

Published: 25-08-2025



Copyright: © 2025 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: This study aims to determine the effect of giving economic tokens on time discipline in college students. Time discipline is a form of attitude that can be formed through habituation and reinforcement. This study uses a Single Subject Research design with the A-B model on one subject with a tendency to be late for class. The baseline phase was conducted for 5 days without intervention and the intervention phase for 5 days with token economy. Data were obtained through observation and interviews with the concept of pre and post. The results showed a change based on the baseline and intervention phase discipline scores. Although the changes have not been stable, these results show indications of interventions that have a positive impact on the subject's disciplinary behaviour.

Keywords: Discipline, Time Discipline, Token *Economy*

Pendahuluan

Menurut Undang-Undang No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, pendidikan adalah usaha secara sadar dan terencana yang bertujuan untuk memberikan suasana belajar dan proses pembelajaran terhadap peserta didik agar dapat mengembangkan potensi untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang dibutuhkan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Republik Indonesia, 2003). Sehingga, pendidikan dapat

diartikan sebagai usaha sadar dan sistematis dengan tujuan pengembangan potensi dan kekuatan sebagaimana yang dibutuhkan oleh diri sendiri dan lingkungan sosialnya.

Salah satu aspek penting dalam pendidikan (sebagaimana telah disebutkan di atas) adalah kontrol diri atau pengendalian diri. Pada dasarnya sikap disiplin merupakan bentuk dari pengendalian diri dalam konteks mematuhi aturan di tempat individu itu berada. Dalam konteks pendidikan formal, kepatuhan diartikan dalam konteks waktu kedatangan di sekolah atau kampus. Pendidikan membentuk karakter individu yang disiplin melalui pembiasaan-pembiasaan dan juga penerapan peraturan tertentu (Qorih, 2022). Namun disisi lain, salah satu yang mempengaruhi kualitas pendidikan itu sendiri adalah disiplin (Misriadi, 2021). Sehingga sikap disiplin dan pendidikan adalah bentuk timbal balik yang saling mempengaruhi satu sama lain. Hal ini juga menunjukkan pentingnya sikap disiplin dalam pendidikan. Dalam hal ini, kedisiplinan diartikan sebagai sikap untuk menghargai, menghormati, taat dan patuh terhadap berbagai peraturan yang berlaku secara tertulis maupun yang tidak tertulis, serta menerima sanksi yang berlaku apabila melanggar peraturan (Sastrohadiwirjo, 2002 dalam (Mamonto et al., 2023). Hal ini termasuk juga ketepatan masuk kelas di lingkungan kampus.

Kedisiplinan berasal dari kata Latin *disciplina*, yang berarti pengajaran atau latihan, dan dalam konteks modern mencakup kepatuhan terhadap aturan serta pengendalian diri (Amri, 2013 dalam Mamonto et al, 2023). Prijodarminto mendefinisikan disiplin sebagai kondisi yang terbentuk melalui proses penyesuaian perilaku yang mencerminkan ketaatan, ketertiban, kesetiaan, dan keteraturan (Febriani et al, 2013). Nilai-nilai tersebut dapat terbentuk melalui pembiasaan dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun sosial.

Aspek-aspek disiplin mencakup: (1) sikap mental dalam menaati aturan, (2) pemahaman terhadap norma dan sistem, serta (3) perilaku cermat dan tertib (Sugiharjo, 2014). Asmani dalam Risma et al. (2020) mengklasifikasikan disiplin menjadi tiga bentuk, yaitu disiplin waktu, disiplin menegakkan aturan, dan disiplin sikap.

Pembentukan sikap disiplin dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti keteladanan (Yumni, 2019), lingkungan sosial (Suntoro, 2024), dan latihan atau pembiasaan dalam menaati aturan (Risma et al, 2020).

Penelitian ini didasarkan pada dua pendekatan teoritis. Pertama, Teori Operant Conditioning dari Skinner, yang menekankan pentingnya penguatan (reinforcement) untuk meningkatkan perilaku tertentu. Penguatan dapat berupa penguatan positif (pemberian token sebagai penghargaan) maupun penguatan negatif (pengurangan stimulus tidak menyenangkan), sementara hukuman (punishment) digunakan untuk mengurangi perilaku tidak diharapkan (Trosclair-Lasserre et al, 2008).

Kedua, Theory of Planned Behavior (TPB) oleh Ajzen menjelaskan bahwa niat untuk berperilaku dipengaruhi oleh tiga komponen: sikap terhadap perilaku, norma subjektif, dan persepsi kontrol perilaku. Individu yang memahami konsekuensi dari perilaku, mendapat tekanan sosial, serta merasa memiliki kendali atas perilakunya akan lebih mungkin untuk menunjukkan perilaku disiplin (Purwanto et al, 2022).

Peneliti merupakan individu yang sering bersinggungan dengan subjek. Dengan demikian, peneliti memahami kebiasaan subjek terhadap kedisiplinan dan motivasi internal. Secara ilmiah, peneliti melakukan observasi dan wawancara pretest untuk membuktikan dugaan ketidakdisiplinan dan motivasi internal subjek. Diketahui subjek merupakan individu yang menempuh jarak cukup jauh untuk menuju kampus. Hal ini memberikan

hambatan yang cukup besar terhadap usaha kedisiplinan. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, diketahui bahwa subjek memang merupakan individu yang cenderung terlambat masuk kelas, namun memiliki motivasi internal yang besar meskipun belum cukup untuk menciptakan perubahan.

Metodologi

Penelitian ini menggunakan desain *Single Subject Research* (SSR) model A-B pada satu subjek tunggal untuk mengevaluasi efektivitas intervensi token ekonomi dalam meningkatkan kedisiplinan waktu. Fase *baseline* (A) selama 5 hari untuk mengamati perilaku alami tanpa intervensi dan fase intervensi (B) selama 5 hari berikutnya dengan penerapan token ekonom. Subjek dipilih melalui *purposive sampling* berdasarkan kriteria: mahasiswa Psikologi UIN Malang yang memiliki riwayat konsisten terlambat dan bersedia berpartisipasi penuh. Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis visual melalui grafik frekuensi keterlambatan, statistik deskriptif untuk menghitung persentase perubahan perilaku, serta wawancara untuk memahami persepsi subjek.

Hasil dan Pembahasan

Berikut ini adalah tabel hasil observasi terhadap kedisiplinan subjek.

Tabel 1. Tangkapan layar dari tabel

Subjek FH		
	Pre	Post
Hari 1	0	1
Hari 2	0	0
Hari 3	0	0
Hari 4	1	0
Hari 5	0	1
Jumlah	1	2

Berdasarkan tabel hasil observasi yang telah dilakukan, diketahui bahwa subjek mengalami peningkatan skor kedisiplinan dari 1 pada pretest menjadi 2 pada posttest. Perubahan ini terlihat jelas dalam tabel pembandingan data. Skor 1 pada pretest menunjukkan bahwa subjek masih menunjukkan perilaku disiplin yang rendah atau belum konsisten. Setelah diberikan intervensi berupa strategi modifikasi perilaku, skor meningkat menjadi 2, yang mengindikasikan bahwa subjek mulai menunjukkan peningkatan dalam perilaku kedisiplinannya.

Berikut ini adalah visualisasi pembandingan data berdasarkan hasil observasi yang tercantum pada tabel di atas.

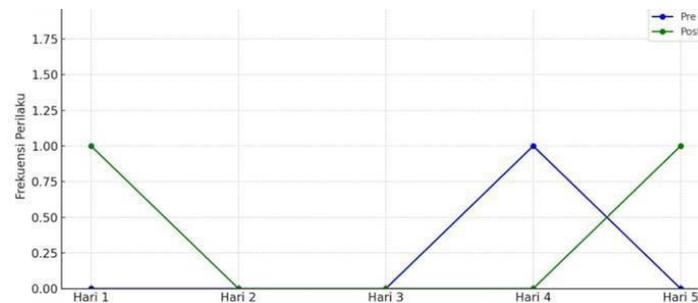


Figure 1. Visualisasi berdasarkan data tabel observasi

Berdasarkan visualisasi tersebut, diketahui bahwa pada pretest hari ke-1, 2, 3 dan 5, subjek mendapatkan poin 0. Hanya hari ke-4 pada pretest yang memiliki nilai 1. Namun pada saat posttest, subjek mengalami peningkatan poin, dari yang awalnya pretest 1 menjad posttest 2. Peningkatan tersebut terjadi di hari 1, dan 5. Sedangkan pada hari ke-2,4, dan 4, subjek masih belum mendapatkan poin.

Untuk menggali data subjektif, maka peneliti juga menggunakan metode wawancara untuk menunjang data observasi. Beberapa pertanyaan yang didasarkan pada aspek-aspek kedisiplinan menurut Prijodarminto seperti (Febriani et al., 2013): menaati tata tertib, pemahaman norma dan sistem, serta sikap kesungguhan dalam segala hal dengan cermat dan tertib. Berdasarkan pertanyaan dari aspek-aspek tersebut, maka diperoleh informasi sebagai berikut:

Tabel 2. Tabel informasi hasil wawancara pre-intervensi

Aspek	Informasi
Menaati tata tertib	Subjek mengatakan "Tapi kalo aku liat sendiri sih, rutinitasku itu tidak disiplin sih ya. "
Pemahaman norma dan sistem	Subjek mengatakan "Kalo ngomongin soal disiplin sih sebenarnya penting banget ya." Namun subjek juga berkata "...kadang tuh kita kurang ada konsekuensi dari sehingga menjadikan kita tidak disiplin gitu. Jadinya ya masih aja telat karena merasa kaya tidak sepenting itu."
Kesungguhan dengan cermat dan tertib	Subjek berkata "Sebenere sebelumnya ini tuh aku udah mengusahakan berangkat lebih pagi dan tidur lebih awal."

Tabel 3. Tabel informasi hasil wawancara pasca-intervensi

Aspek	Informasi
Menaati tata tertib	Subjek mengatakan "Cuman memang kalau semisal ada konsekuensi atau punishment, ya, jadi aku lebih terdorong, gitu"
Pemahaman norma dan sistem	Subjek mengatakan "menurutku penelitian ini bagus...sejalan ama keinginanaku untuk lebih disiplin kan. Karena itu juga dibutuhin kan nanti."
Kesungguhan dengan cermat dan tertib	Subjek berkata "Aku beli jam weker itu 2...Karena ini juga aku itu kaya terdorong gitu...ada yang nungguin aku, ada...yang menilai aku..."

Diskusi

Berdasarkan perbandingan hasil observasi pretest dan posttest, didapatkan informasi tentang adanya peningkatan kedisiplinan subjek. Pada fase pretest, subjek mendapatkan skor 1 yang kemudian menjadi 2 pada posttest. Peningkatan ini terjadi pada hari ke 1 dan ke-5. Meskipun memang hari ke-2, 3 dan 4, subjek masih belum menunjukkan ketepatan waktu masuk kelas. Hasil ini memberikan indikasi bahwa intervensi modifikasi perilaku mulai memberikan dampak positif terhadap perilaku disiplin subjek.

Berdasarkan hasil wawancara, subjek menyatakan bahwa ia menyadari bahwa dirinya masih sering terlambat masuk kelas, sehingga belum bisa dikatakan menaati tata tertib. Selain itu, subjek juga mengatakan bahwa dirinya memahami tujuan dan pentingnya aturan tentang kedisiplinan. Aturan tersebut menurutnya adalah usaha pembentukan mahasiswa untuk disiplin terutama dalam hal waktu. Pemahaman tersebut memberikan motivasi untuk melakukan usaha yang lebih terorganisir seperti membeli dua jam beker dan juga mengatur waktu dengan tujuan berangkat lebih pagi. Namun, subjek belum sepenuhnya memahami terhadap konsekuensi kecil dari sikap tidak disiplin.

Secara umum, subjek tampak mulai menyesuaikan diri terhadap norma dan mengaitkannya dengan pembiasaan yang positif. Ini memberikan ruang terhadap motivasi eksternal untuk menumbuhkan sikap disiplin pada subjek. Meskipun motivasi internal subjek telah tumbuh, tetapi belum sepenuhnya terbentuk. Hasil intervensi ini memberikan gambaran bahwasannya dengan token ekonomi, subjek terdorong secara eksternal untuk menumbuhkan sikap disiplin.

Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan strategi token ekonomi terindikasi efektif dalam meningkatkan kedisiplinan waktu pada subjek. Dengan catatan peningkatan yang masih terbatas. Subjek menunjukkan perkembangan positif setelah intervensi, baik dari sisi perilaku maupun kesadaran terhadap pentingnya aturan. Wawancara mendukung temuan ini dengan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman terhadap norma dan motivasi untuk berubah, meskipun pemahaman terhadap konsekuensi ketidakdisiplinan

masih perlu ditingkatkan. Secara keseluruhan, token ekonomi dapat menjadi strategi awal yang membantu membentuk kebiasaan disiplin, terutama jika diiringi dengan upaya penguatan motivasi internal dan pemahaman terhadap dampak perilaku.

Pengamatan dan intervensi dalam penelitian ini hanya dilakukan dalam lima hari. Hal ini tentunya kurang memberikan hasil yang menyeluruh terkait perubahan perilaku pada partisipan. Dengan demikian, maka peneliti memberikan saran untuk penelitian selanjutnya terkait dengan durasi pengamatan dan intervensi. Selain itu, juga perlu mempertimbangkan nilai reward yang digunakan untuk mengait perubahan perilaku pada partisipan. Keseluruhan saran ini ditujukan untuk meningkatkan kejelasan perubahan perilaku.

Daftar Pustaka

- Agustina. (2018). "Pengaruh Teknik Token Ekonomi Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Santriwati" (Skripsi-UIN Sunan Ampel, Surabaya, 2018).
- Akbar, R., Siroj, R. A., Afgani, M. W., & Weriana. (2023). *Experimental Research Dalam Metodologi Pendidikan*. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 9(2), 465–474.
- Aulia, D., Yulianti, N., & Saputri, S. W. D. (2022). Pengaruh Penerapan Teknik Token Ekonomi Terhadap Tingkat Kedisiplinan Siswa. JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia), 7(1), 104- 110. <https://doi.org/10.29210/021585jpgi0005>
- Febriani, N., Widodo, P. B., & Kristiana, I. F. (2013). *Hubungan Antara Kualitas Kehidupan Sekolah Dengan Kedisiplinan Siswa Kelas Berpindah Pada Kelas XII SMAN 3 Semarang*. Jurnal Psikologi, 12(2), 152–163. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/view/8834>
- Fitri, A., Rahim, R., Nurhayati, Aziz, Pagiling, S. L., Natsir, I., Munfarikhatin, A., Simanjuntak, D. N., HUatgaol, K., & Anugrah, N. E. (2023). *Dasar-dasar Statistika untuk Penelitian*. Yayasan Kita Menulis. [https://repository.unugiri.ac.id:8443/id/eprint/4882/1/Anisa %2C Buku Dasar-dasar Statistika untuk Penelitian.pdf](https://repository.unugiri.ac.id:8443/id/eprint/4882/1/Anisa%20Buku%20Dasar-dasar%20Statistika%20untuk%20Penelitian.pdf)
- Mamonto, S., Wahidin, D., Laila, I. N., Pratama, I. P. D. M., Junaedi, A. T., Saimima, M. S., Khotim, N. S., Gojali, J. A., Sudarmo, Renaldo, N., & Adityawati, I. A. (2023). *Disiplin dalam Pendidikan*. In *Sustainability (Switzerland)* (1 ed., Vol. 11, Nomor 1). PT. Literasi Nusantara Abadi Grup. <http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y>
- Maradona, M. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi keaktifan belajar siswa kelas IV B SD. *Basic Education*, 5(17), 1–619.
- Misriadi. (2021). *Pembentukan Karakter Disiplin Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran Peserta Didik Di Sma Muhammadiyah Batusangkar*. Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat.
- Neuman, S. B., & McCormick, S. (1995). What is single-subject experimental research? In *Single-Subject Experimental Research: Applications for Literacy*
- Nourbakhsh, M., & Ottenbacher, K. (1994). The statistical analysis of single subject data: a comparative examination. *Phys Ther* 74;768-76.

- Purwanto, N., Budiyanto, & Suhermin. (2022). *Theory of Planned Behavior: Implementasi Perilaku Electronic Word of Mouth pada Konsumen Marketplace* (1 ed.). CV. Literasi Nusantara.
- Putri, A. A., Nabila, N., & Muhammad, J. (2024). Efektivitas Token Ekonomi Terhadap Tingkat Kedisiplinan Mahasiswa Psikologi Uin Malang Angkatan 021. *Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 4(1).
- Qoriah, V. F. (2022). Implementasi Pendidikan Karakter Disiplin Siswa Melalui Pembiasaan Di Mi Al Islam Kartasura Tahun Ajaran 2022/2023. Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
- Radjah, C. L., Utami, N. W., Simon, I. M., & Rachmawati, I. (2021). *Bentuk-Bentuk Reinforcement dan Punishment untuk Pembentukan Perilaku Siswa di Kabupaten Malang*. *Jurnal KARINOV*, 4(2), 94–100. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jki/article/view/19582>
- Ramadhan, B. M. (2020). Pengaruh Konseling Sebaya dengan Teknik Token Economy Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Anggota UKM Resimen Mahasiswa Angkatan 202 Harimau Sumatera UIN Raden Intan Lampung. UIN Raden Intan Lampung.
- Republik Indonesia. (2003). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Riadi, M. (2022). Token economy (Pengertian, prinsip, dan tahapan pelaksanaan). *Kajian Pustaka*. <https://www.kajianpustaka.com/2022/06/token-economy.html>
- Risma, S. W., & Arifyanto, A. T. (2020). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Peningkatan Kedisiplinan Siswa. *Jurnal BENING*, 4, 87–98.
- Riyadi, D. (2023). Efektivitas Token Economy Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Santri Menjaga Kebersihan. *Maddah: Jurnal Komunikasi Dan Konseling ...* <https://journal.ibrahimy.ac.id/index.php/maddah/article/view/2699>
- Rizki, T. M. & Muhidin, S. A. (2017). Dampak disiplin belajar dan konsep diri dalam prestasi belajar kognitif sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 2(1).
- Senen, A. (2024). "Penggunaan 'Metode Token Ekonomi' Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Kedisiplinan Siswa Kelas III" 8 (6): 2073–86. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i6.6400>.
- Setyawan, D. A. (2021). *Hipotesis Dan Variabel Penelitian*. In Tahta Media Group.
- Sugiharjo, A. (2014). Meningkatkan Disiplin Waktu Melalui Layanan Informasi Dengan Teknik Diskusi Kelompok. *Didaktikum: Jurnal Penelitian Tindakan Kelas*, Vol. 16.
- Suntoro, C. K. (2024). Memaknai Perilaku Manusia dan Lingkungannya Melalui Teori Behavioristik. <https://ikom.fisipol.unesa.ac.id/post/memaknai-perilaku-manusia-danlingkungannya-melalui-teori-behavioristik>
- Sobri, M. (2020). Kontribusi Kemandirian Dan Kedisiplinan Terhadap Hasil Belajar. Guepedia.
- Trosclair-Lasserre, N. M., Lerman, D. C., Call, N. A., Addison, L. R., & Kodak, T. (2008). *Reinforcement Magnitude: an Evaluation of Preference and Reinforcer Efficacy*. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 41(2), 203–220. <https://doi.org/10.1901/jaba.2008.41-203>

- Utomo, M., & Kartiko, D. C. (2018). *Pengaruh Pemberian Reward Terhadap Hasil Belajar Shooting Bola Basket (Studi Pada Kelas SMA Negeri 1 Soko)*. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 3(2), 434–442.
- Yumni, A. (2019). *Keteladanan Nilai Pendidikan Islam yang Teraplikasikan*. IX(1), 1–9.