



PENERAPAN TOKEN EKONOMI PADA ANAK USIA DINI DI DAYCARE UNM PSIKOLOGI UNTUK MEMBANGUN KEDISIPLINAN

Amirah Aminanty Agussalim, Khayla Dzalzabilah Amiruddin, Nur Ilmi Borahima*,
Shania Auliah, Sri Andini Yesica Putri

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

*e-mail: nur10ilmi@gmail.com; Submitted: 17 Mei 2025; Accepted: 29 Mei 2025

Available online: 30 Mei 2025

Abstrak

Kedisiplinan merupakan aspek penting dalam perkembangan karakter anak yang perlu dibentuk sejak dini dan sebaiknya melalui pendekatan yang menyenangkan. Salah satu metode yang dapat digunakan adalah token ekonomi, yakni sistem penguatan positif berupa pemberian token sebagai bentuk penghargaan atas perilaku yang diharapkan. Kegiatan pengabdian ini dilakukan di Daycare & Pusat Tumbuh Kembang Anak Fakultas Psikologi UNM dengan melibatkan 5 anak usia 3-5 tahun selama dua minggu. Penerapan token ekonomi tahap awal ini dilakukan dalam jangka waktu 8 hari. Setiap perilaku positif diberi token berupa bintang yang dapat ditukar dengan stiker sebagai bentuk apresiasi. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pada ketiga perilaku disiplin. Anak-anak menjadi lebih *responsif* dan termotivasi, terutama karena adanya penguatan dari kakak pendamping melalui pujian dan penjelasan. Keberhasilan program ini juga didukung oleh keterlibatan pengasuh serta konsistensi antara perilaku anak di daycare dan rumah. Program ini terbukti mampu mendorong kedisiplinan anak secara efektif dengan cara yang menyenangkan dan mendidik.

Kata Kunci: Token Ekonomi; Kedisiplinan; Anak Usia Dini

Abstract

Discipline is an important aspect of early childhood character development that needs to be formed early on through a fun approach. One method that can be used is token economy, which is a positive reinforcement system in the form of giving tokens as a form of reward for expected behavior. This service activity was carried out at the Daycare & Child Growth Center of the Faculty of Psychology UNM involving 5 children aged 3-5 years for two weeks. The method used is a descriptive qualitative approach with direct observation techniques of children's disciplinary behavior. Each positive behavior is given a token in the form of a star that can be exchanged for stickers as a form of appreciation. The results showed a significant increase in all three disciplinary behaviors after the implementation of the program. Children became more responsive and motivated, especially due to the reinforcement from the older siblings through praise and explanation. The success of this program is also supported by the involvement of caregivers and consistency between children's behavior at daycare and home. The program proved to be able to effectively encourage children's discipline in a fun and educational way.

Keywords: Token Economy; Discipline; Early Childhood



PENDAHULUAN

Masa kanak-kanak, khususnya anak usia dini merupakan periode emas dalam perkembangan individu yang sangat menentukan pembentukan karakter dan perilaku di masa depan. Salah satu aspek penting yang perlu ditanamkan sejak dini adalah kedisiplinan yang mencakup kemampuan anak untuk mengikuti aturan, mengatur diri, dan bertanggung jawab terhadap tindakan mereka (Mufidah & Hasanah, 2024). Disiplin adalah proses yang diperlukan agar individu dapat menyesuaikan diri (Suryadi, 2006:70). Disiplin adalah sikap yang tertanam dalam diri seseorang saat menaati aturan atau tata tertib yang berlaku dalam kehidupan sehari-hari, dengan tujuan membentuk masa depan yang bermanfaat (Nadar, Maharani, & Shartika, 2019). Kedisiplinan memiliki hubungan yang kuat dengan kepatuhan terhadap peraturan yang ada.

Di masa sekarang, banyak anak usia dini yang menunjukkan perilaku kurang disiplin, seperti kesulitan mengikuti instruksi, tidak menaati aturan, atau tidak menyelesaikan tugas yang diberikan. Hal ini yang menjadi tantangan tersendiri bagi para pendidik dan pengasuh dalam membentuk perilaku kedisiplinan pada anak-anak. Salah satu metode yang telah terbukti efektif dalam membentuk perilaku disiplin pada anak usia dini adalah metode token ekonomi (Rohmaniah, Tegeh, & Magta, 2016). Metode ini merupakan teknik modifikasi perilaku yang memberikan penguatan positif berupa token (bintang dan stiker) setiap kali anak menunjukkan perilaku yang diharapkan. Token tersebut kemudian dapat ditukar dengan hadiah atau aktivitas yang menyenangkan, sehingga memotivasi anak untuk mengulangi perilaku positif tersebut.

Secara garis besar, modifikasi perilaku adalah suatu pendekatan yang bertujuan untuk mengubah perilaku menyimpang pada individu menjadi perilaku yang lebih positif (Hardi, Sidik, & Mulia, 2022). Menurut Rohmaniah (2016), token ekonomi merupakan salah satu teknik dalam modifikasi perilaku yang berfungsi untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan sekaligus menekan perilaku yang tidak sesuai. Melalui sistem ini, individu yang menunjukkan perilaku positif akan segera memperoleh token yang dapat dikumpulkan dan ditukarkan dengan hadiah atau bentuk penghargaan lainnya (Aprilianti, Heryanto, & Mulyasari, 2017).

Berbagai penelitian telah mendukung efektivitas metode token ekonomi dalam meningkatkan kedisiplinan anak usia dini. Penelitian oleh Assyifa dan Rocmah (2024) menunjukkan bahwa penerapan metode token ekonomi secara konsisten dapat meningkatkan kedisiplinan anak usia 5-6 tahun. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dalam perilaku disiplin anak setelah penerapan metode ini. Selain itu, penelitian oleh Prima dan Lestari (2020) juga menunjukkan bahwa penerapan token ekonomi dapat meningkatkan perilaku prososial anak usia dini, seperti kerjasama, empati, dan kepedulian terhadap orang lain. Penelitian ini dilakukan di Taman Kanak-kanak Denpasar dan menunjukkan peningkatan signifikan dalam perilaku prososial anak setelah penerapan metode token ekonomi.

Penelitian yang dilakukan oleh Noviyanti dan Wahyuningsi (2024) menunjukan bahwa penerapan token ekonomi dapat meningkatkan kedisiplinan dan kemandirian pada anak usia 4-5 tahun. Hasil penelitian menunjukan bahwa kedisiplinan dan kemandirian siswa TK SBU Jakarta meningkat ketika penerapan token ekonomi diterapkan, sebanyak 89,29% kedisiplinan dan 85,71% kemandirian siswa meningkat sesuai harapan dan berkembang dengan sangat baik. Julaikhah dan Ismawati (2018) dalam penelitiannya menemukan bahwa penerapan token ekonomi membawa perubahan dalam perilaku disiplin anak bertambah naik, dengan penerapan metode token ekonomi perilaku disiplin anak semakin meningkat. Hasil penelitian menunjukan



bahwa ketika metode token ekonomi memberikan *reward*, sebelum adanya penghargaan tersebut, kedisiplinan siswa belum maksimal, tetapi setelah adanya pemberian *reward* siswa lebih disiplin lagi.

Penelitian yang dilakukan oleh Auliah, Yuliaty, dan Saputri (2022) membahas penerapan metode token ekonomi dalam meningkatkan kedisiplinan siswa. Hasil studi tersebut menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan berupa token ekonomi, tingkat kedisiplinan siswa masih rendah, ditandai dengan kurangnya kemandirian dalam menyelesaikan tugas tepat waktu. Namun, setelah metode token ekonomi diterapkan, terjadi peningkatan kedisiplinan siswa, khususnya dalam hal menyelesaikan tugas secara mandiri di dalam kelas.

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk menerapkan metode token ekonomi sebagai strategi pembelajaran perilaku disiplin pada anak usia dini di Daycare UNM Psikologi, serta memberikan pelatihan kepada pengasuh dan pendidik agar dapat menerapkan metode ini secara konsisten dan berkelanjutan. Dengan adanya intervensi ini, diharapkan terbentuk pola perilaku disiplin yang lebih stabil pada anak, serta meningkatnya kapasitas pendidik dalam menggunakan pendekatan psikologi terapan dalam pengasuhan dan pendidikan anak usia dini.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilakukan secara deskriptif, dengan observasi langsung sebagai cara utama untuk memahami perilaku anak selama program berlangsung. Informasi yang diperoleh disajikan dalam bentuk narasi tertulis dan lisan, yang menggambarkan dinamika dan respons anak-anak terhadap penerapan strategi token ekonomi (Moleong, 2018).

Subjek dalam pengabdian ini merupakan anak-anak usia dini yang terdaftar di Daycare & Pusat Tumbuh Kembang Anak Fakultas Psikologi UNM. Anak-anak yang mengikuti pelaksanaan program token ekonomi ini sebanyak 5 anak dengan rentang usia antara 3 hingga 5 tahun. Terdiri dari 4 anak laki-laki dan 1 anak perempuan. Program ini berlangsung selama 2 minggu yang dimulai dari tanggal 05 hingga 16 Mei 2025.

Sistem token ekonomi yang diterapkan di Daycare & Pusat Tumbuh Kembang Anak Fakultas Psikologi UNM dirancang untuk menumbuhkan sikap disiplin pada anak usia dini dengan memberikan penghargaan berupa token sebagai bentuk motivasi agar mereka menjalankan tugas-tugas secara teratur. Dalam sistem ini, anak-anak diberikan bintang sebagai token setiap kali mereka menunjukkan perilaku disiplin, seperti membereskan mainan, membersihkan tempat makan, dan tidur siang. Setiap anak akan menerima sebanyak 1 bintang ketika mereka telah melakukan satu perilaku yang telah ditentukan sebagai bentuk apresiasi atas perilaku disiplin yang mereka tunjukkan.

Mekanisme evaluasi dalam pelaksanaan program token ekonomi di Daycare & Pusat Tumbuh Kembang Anak Fakultas Psikologi UNM dirancang untuk menilai dan memantau perkembangan kedisiplinan anak secara sistematis dan objektif. Setiap perilaku positif yang mencerminkan indikator kedisiplinan diberikan penghargaan berupa bintang dengan menandakan tingkat pencapaian. Kemudian bintang tersebut dapat ditukarkan dengan stiker yang berukuran kecil, sedang, dan besar. Stiker ukuran kecil diberikan jika anak telah berhasil mendapatkan sebanyak 2 bintang, untuk stiker ukuran sedang sebanyak 5 bintang, dan untuk stiker ukuran besar akan diberikan jika anak berhasil memperoleh sebanyak 9 bintang. Pemberian stiker dilakukan segera setelah perilaku terpantau, agar anak dapat memahami keterkaitan antara perilaku yang ditunjukkan dan penghargaan yang diterima.



Di akhir minggu, bintang yang dikumpulkan oleh anak-anak akan dievaluasi guna mengetahui sejauh mana mereka telah menunjukkan peningkatan kedisiplinan. Anak-anak yang berhasil mengumpulkan jumlah bintang terbanyak akan memperoleh hadiah tambahan berupa stiker yang akan didapatkan secara *double*. Sistem penilaian ini tidak hanya berfungsi sebagai alat motivasi, tetapi juga membantu pengasuh dan orang tua dalam memantau perkembangan kedisiplinan anak.

Dalam implementasi token ekonomi yang bertujuan meningkatkan kedisiplinan anak usia dini di Daycare & Pusat Tumbuh Kembang Anak Fakultas Psikologi UNM, pengumpulan data utama dilakukan melalui observasi langsung terhadap perilaku anak selama kegiatan harian di daycare, khususnya yang berkaitan dengan kedisiplinan mereka dalam menjalankan aktivitas seperti membereskan mainan, membersihkan tempat makan, dan tidur siang. Setiap anak dinilai berdasarkan kriteria yang telah ditentukan, seperti kemampuan menyelesaikan aktivitas sesuai aturan dan mengatur waktu dengan tertib.

Sebagai pelengkap, konfirmasi rutin dengan pengasuh dan orang tua juga dilakukan guna memperoleh informasi tambahan mengenai perilaku anak di rumah, serta untuk melihat konsistensi perkembangan antara lingkungan daycare dan rumah. Proses pengumpulan data ini memungkinkan evaluasi menyeluruh terhadap efektivitas sistem token ekonomi dalam menumbuhkan kedisiplinan anak, serta memberikan dasar yang kuat untuk menyesuaikan strategi penerapan di masa mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Implementasi program token ekonomi melibatkan 5 anak usia dini di Daycare Fakultas Psikologi UNM. Penilaian dilakukan pada tiga perilaku: merapikan mainan, membersihkan tempat makan, dan tidur siang.

Peningkatan Perilaku Kedisiplinan

Dari tiga perilaku yang diamati, peningkatan terlihat pada tiga perilaku tersebut:

1. Merapikan mainan: Sebelum penerapan metode token ekonomi, anak-anak sering kali tidak mengembalikan mainan ke tempat semula setelah bermain. Namun, setelah metode ini diterapkan, terlihat adanya peningkatan dalam perilaku anak-anak untuk merapikan mainannya kembali ke tempat semula.
2. Membersihkan tempat makan: Sebelum program ini diterapkan, anak-anak cenderung sulit diajak untuk membersihkan tempat makan dan sering kali harus dipanggil beberapa kali. Namun, setelah program berjalan, terjadi peningkatan anak-anak mulai *merespons* dengan baik, cukup dipanggil sekali dan langsung mengikuti arahan untuk membersihkan tempat makan mereka.
3. Tidur siang: Sebelum program token ekonomi diterapkan, anak-anak sering kali tidak ingin tidur siang, mereka hanya ingin bermain dan berlari-lari pada saat jam istirahat. Ketika dipanggil untuk istirahat, anak-anak tidak mendengarkan dan tetap ingin bermain. Namun, setelah program token ini diterapkan, terlihat adanya peningkatan dalam perilaku anak-anak untuk tidur siang.

Keaktifan Anak

Tingkat keaktifan anak turut memengaruhi keberhasilan program token ekonomi. Anak-anak yang aktif menunjukkan perilaku disiplin akan lebih sering mendapatkan stiker sesuai jumlah bintang yang dikumpulkan, mulai dari ukuran kecil hingga besar, sesuai dengan pencapaiannya. Hal tersebut juga menjadi motivasi bagi anak-anak yang lain.

Peran Kakak Damping

Selama program token ekonomi berlangsung, peran kakak pendamping sangat penting dalam membimbing dan memberikan pemahaman kepada anak-anak. Selain memberikan *reward* berupa stiker dan bintang, kakak pendamping juga:

1. Mengingat anak tentang pentingnya bersikap disiplin.
2. Membantu anak memahami apa saja yang harus dilakukan agar bisa mendapatkan stiker.
3. Memberikan pujian atau kata-kata positif saat anak berhasil menunjukkan perilaku yang diharapkan.



Gambar 1. Hasil Token Ekonomi

Metode token ekonomi ini menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam perilaku kedisiplinan anak-anak, khususnya dalam perilaku merapikan mainan, membersihkan tempat makan, dan tidur siang. Sebelum program diterapkan, anak-anak cenderung mengabaikan tugas-tugas tersebut. Namun, setelah token ekonomi, anak-anak menjadi lebih *responsif* dan mulai menunjukkan perilaku yang diharapkan. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Irsahamida, Litfiyani dan Jamaluddin (2022) yang menyatakan bahwa token ekonomi efektif dalam meningkatkan tanggung jawab anak usia dini. Penelitian Ratnasari, Yulsyofriend dan Rakimahwati (2020) mengemukakan bahwa metode token ekonomi mampu meningkatkan kedisiplinan anak di lingkungan pendidikan anak usia dini.

Keberhasilan program ini tidak lepas dari keaktifan anak dalam menunjukkan perilaku disiplin. Anak-anak yang aktif lebih sering mendapat stiker sebagai bentuk penguatan positif, yang pada gilirannya memotivasi anak lain untuk mengikuti perilaku serupa. Hal ini diperkuat oleh penelitian Febrilla (2022) yang menemukan bahwa token ekonomi dapat meningkatkan perilaku antri di TK melalui sistem *reward* yang menyenangkan. Selain itu, peran kakak pendamping juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan program. Hal ini sesuai dengan temuan Rahmawan (2024) yang menekankan pentingnya keterlibatan pendidik dalam membentuk disiplin anak melalui pendekatan yang konsisten dan penuh dukungan.



SIMPULAN

Penerapan token ekonomi di Daycare & Pusat Tumbuh Kembang Anak Fakultas Psikologi UNM terbukti efektif dalam membangun perilaku kedisiplinan anak usia dini. Program ini berhasil meningkatkan tiga aspek perilaku disiplin utama, yaitu merapikan mainan, membersihkan tempat makan, dan tidur siang. Sistem penghargaan berupa bintang yang dapat ditukar dengan stiker berperan sebagai penguat positif yang memotivasi anak untuk menunjukkan perilaku yang diharapkan secara konsisten. Keberhasilan program ini juga didukung oleh keaktifan anak dalam merespons sistem token, serta peran aktif kakak pendamping dalam memberikan arahan, pujian, dan pemahaman mengenai pentingnya kedisiplinan. Dengan demikian, metode token ekonomi terbukti menjadi strategi yang efektif dan menyenangkan dalam menumbuhkan kedisiplinan anak usia dini di lingkungan Daycare.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilianti, A., Heryanto, D., & Mulyasari, E. (2017). Penerapan Teknik Modifikasi Perilaku Token Ekonomi untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 2(4), 63-75.
- Assyifa, N., & Rocmah, L. I. (2024). Penerapan Metode Token Ekonomi dalam Meningkatkan Kedisiplinan Anak Usia 5-6 Tahun di TK ABA Gondanglegi Sutojayan. *Jurnal Simki Pedagogia*, 7(2), 573-585. <https://doi.org/10.29407/jsp.v7i2.806>
- 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. <http://dx.doi.org/10.29210/021585jpgi0005>
- Febrilla, R. (2022). Effectiveness of Token Economy to Improve Queuing Behavior in Kindergarten Children. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Al-Amin*. <https://doi.org/10.54723/jpa.v3i1.293>
- Hardi, N. A., Sidik, S. A., & Mulia, D. (2022). Penerapan modifikasi perilaku menggunakan token ekonomi untuk mengurangi perilaku hiperaktif dalam pembelajaran anak down syndrome. *Jurnal Unik: Pendidikan Luar Biasa*, 7(1), 23-27. <https://dx.doi.org/10.30870/unik.v7i1.12995>
- Irsahamida, S., Lutfiyani, E., & Jamaluddin, M. (2022). Effectiveness of Behavior Modification through Token Economy Techniques to Increase Responsibility in Early Childhood. *Tazkiya Journal of Psychology*. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v9i2.20773>
- Julaikhah, S., & Ismawati, P. (2018, March). Efektivitas pemberian reward melalui metode token ekonomi untuk meningkatkan kedisiplinan anak usia dini pada kelompok A di RA Al-Akbar Sukoanyar Kabupaten Mojokerto. In *PROCEEDING: The Annual International Conference on Islamic Education*, 3(2), 27-32.
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya.
- Mufidah, A., & Hasanah, M. (2024). Teknik Token Ekonomi untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di SD Muhammadiyah Gresik. *JIMAD: Jurnal Ilmiah Mutiara Pendidikan*, 2(3), 21-33. <http://dx.doi.org/10.61404/jimad.v2i3.104>



- Nadar, W., Maharani, T., & Shartika, S. (2019). Peningkatan Kedisiplinan Anak Usia Dini Melalui Metode Pembiasaan Token Economy. *Elementeris: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar Islam*, 1(1), 1-11. <https://dx.doi.org/10.33474/elementeris.v1i1.2667>
- Noviyanti, M. W., & Wahyuningsih, M. R. (2024). Penerapan Token Ekonomi untuk Meningkatkan Kedisiplinan dan Kemandirian Anak Usia 4-5 Tahun. *Jurnal Inovasi, Evaluasi dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, 4(1), 141-148. <https://doi.org/10.54371/jiepp.v4i1.369>
- Prima, E., & Lestari, P. I. (2020). Penerapan Token Economy untuk Meningkatkan Perilaku Prososial Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 268-276. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i1.324>
- Rahmawan, D. P. (2024). Penerapan Metode Token Ekonomi dalam Mengembangkan Kedisiplinan Anak Usia Dini. *UPI Repository*. https://repository.upi.edu/120225/Ratnasari_F_Yulsyofriend_Y_Rakimahwati_R_2020
- Ratnasari, F., Yulsyofriend, Y., & Rakimahwati, R. (2020). Pengaruh Metode Token Economy Terhadap Disiplin Anak Usia Dini di Taman Kanak-kanak. *Jurnal Ilmiah Pesona PAUD*. <https://doi.org/10.24036/100292>
- Rohmaniah, N., Tegeh, I M., & Magta, M. (2016). Penerapan Teknik Modifikasi Perilaku Token Economy untuk Meningkatkan Kedisiplinan Anak Usia Dini. *E-journal*, 4 (2).
- Suryadi. (2006). *Ilmu pendidikan*. Bandung: Citra Umbara.

CC BY-SA 4.0 (Attribution-ShareAlike 4.0 International).

This license allows users to share and adapt an article, even commercially, as long as appropriate credit is given and the distribution of derivative works is under the same license as the original. That is, this license lets others copy, distribute, modify and reproduce the Article, provided the original source and Authors are credited under the same license as the original.

