



Penguatan Perilaku Alternatif dengan Token Ekonomi untuk Menurunkan Perilaku Makan yang Menyimpang: Sebuah Studi Kasus pada Anak Jalanan

Reinforcing Alternative Behavior with Token Economy to Reduce Deviant Eating Behavior: A Case Study on Street Children

Smita Dinakaramani* and Sofia Retnowati

Faculty of Psychology, Universitas Gadjah Mada, Indonesia

*Alamat korespondensi: Email: smita.d@ugm.ac.id

(Naskah masuk 7 Juni 2022; Naskah revisi 20 Mei 2024; Naskah diterima 20 Mei 2024; Naskah terbit 31 Mei 2024)

Abstrak

Anak-anak gelandangan tidak jarang mengalami berbagai macam permasalahan, salah satunya adalah permasalahan dengan perilaku makan. Perilaku memakan makanan dari tempat sampah merupakan permasalahan perilaku makan yang jarang dijumpai pada anak-anak kebanyakan, namun rentan terjadi pada anak-anak jalanan. Oleh sebab itu, perlu dilakukan suatu intervensi untuk mengurangi permasalahan tersebut. Studi kasus ini bertujuan untuk menguji efektivitas *Differential Reinforcement of Alternative behavior* (DRA), atau penguatan diferensial terhadap perilaku alternatif dengan token ekonomi untuk menurunkan permasalahan perilaku makan. Asesmen dilakukan melalui wawancara, observasi, dan tes psikologi. Sedangkan intervensi dilakukan selama sembilan sesi. Hasil dari intervensi menunjukkan penurunan perilaku mengambil makan dari tempat sampah. Selain mengganti perilaku lama menjadi perilaku yang lebih adaptif, peran perhatian dari orang dewasa di sekitarnya menjadi salah satu kontributor utama dalam efektivitas intervensi.

Kata Kunci: perilaku makan; DRA; token ekonomi; terapi perilaku; studi kasus

Abstract

abstract Homeless children often experience various issues, one of which is related to eating behavior. The behavior of eating food from trash bins is a rare eating behavior problem among most children, but it is vulnerable for street children. Therefore, an intervention is needed to reduce this problem. This case study aims to test the effectiveness of differential reinforcement of alternative behavior (DRA) with token economy to reduce the problem of eating behavior. Assessment was conducted through interviews, observations, and psychological test, while the intervention was carried out over nine sessions. The results of the intervention showed a decrease in the behavior of taking food from trash bins. Besides replacing the old behavior with more adaptive behavior, the role of attention from surrounding adults became one of the main contributors to the effectiveness of the intervention.

Keywords: eating behavior; DRA; token economy; behavior therapy; single-case design

Anak-anak merupakan pewaris dunia dan menjadi salah satu fokus utama dalam membangun masa depan masyarakat. Hal ini dapat diartikan bahwa anak-anak membutuhkan perlindungan, pendidikan, dan peluang optimal untuk berkembang. Hak-hak anak tersebut kemudian dijamin di dalam Undang-Undang Nomor 35 tahun 2014 yang merupakan pembaharuan dari Undang-Undang Nomor 23 tahun 2002 tentang perlindungan anak. Undang-undang tersebut memastikan anak-anak dilindungi dan hak anak-anak terjamin sehingga mereka dapat hidup sepenuhnya sesuai dengan martabat kemanusiaan. Meskipun demikian, masih sering ditemukan kehidupan di jalanan merupakan realita yang dihadapi oleh sekelompok anak yang disebut sebagai anak gelandangan.

Menurut perkiraan UNESCO, terdapat sekitar 150 juta anak gelandangan di seluruh dunia. Hal ini disam-

bung oleh UNICEF yang menyatakan bahwa mayoritas anak gelandangan tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (Cumber & Tsoka-Gwegweni, 2016; Vameghi *et al.*, 2019). Belum ada catatan pasti dari jumlah anak gelandangan yang ada di Indonesia, namun terdapat laporan yang menyebutkan adanya sekitar 150.000 anak yang bekerja dan tinggal di jalanan, serta perkiraan dari lembaga yang melayani anak jalanan yang menyebutkan bahwa ada sekitar 18 juta anak yang tinggal di jalanan karena sangat miskin atau tidak memiliki keluarga (Lashari *et al.*, 2023) (Saripudin *et al.*, 2008). UNICEF mengidentifikasi tiga kelompok anak gelandangan: anak-anak yang tinggal sendiri di jalanan, anak-anak yang bekerja di jalanan namun pulang ke rumah, dan anak-anak yang tinggal di jalanan bersama keluarga mereka. Meskipun memiliki perbedaan, mereka semua meng-



alami kekurangan hak-hak dasar seperti pendidikan, kesehatan, nutrisi, dan keamanan selanjutnya faktor-faktor ekonomi, sosial-budaya, keluarga, dan individu memainkan peran dalam munculnya fenomena anak gelandangan (Hakim & Kamruzzaman, 2015; Zarezadeh, 2013).

Kehidupan anak-anak yang hidup di jalanan sangat penuh dengan ketidakpastian serta beragam permasalahan. Salah satu penyebab utama dari kondisi ini adalah kurangnya perhatian yang mereka terima dari keluarga, situasi ekonomi yang sangat rendah, serta minimnya dukungan yang mereka dapatkan baik dari pemerintah maupun masyarakat luas (Almaida *et al.*, 2023). Anak-anak jalanan seringkali menghadapi kerentanan yang besar akibat dari kondisi kehidupan di jalanan yang sangat tidak menguntungkan, dan kurangnya pengawasan serta bimbingan dari keluarga mereka (Astri, 2014).

Anak-anak gelandangan sangat rentan terhadap berbagai permasalahan, termasuk kurangnya pengetahuan mengenai gizi yang baik serta perilaku makan yang tidak sehat. Hal ini pada akhirnya dapat menyebabkan timbulnya berbagai penyakit (Arabbadvi *et al.*, 2023). Semua hal terkait faktor ekonomi, kurangnya pengawasan orangtua hingga meniru perilaku makan orang dewasa gelandangan yang lain menjadi faktor pembentuk perilaku makan yang menyimpang pada anak-anak gelandangan dan sering kali terlihat dari tindakan mereka yang mencari makanan di tong sampah atau memakan sisa makanan orang lain yang ditemukan di jalanan (Nigussie Worku *et al.*, 1970). Padahal, masa anak-anak merupakan fase pertumbuhan yang sangat cepat dan merupakan periode penting untuk mengembangkan kebiasaan perilaku makan yang sehat, karena kebiasaan tersebut dapat berlanjut hingga mereka dewasa nanti. Selain itu, masa anak-anak adalah waktu yang krusial untuk belajar mengenai selera makanan; mereka melakukan kontak langsung dengan makanan melalui aktivitas mencicipi, merasakan, melihat, dan mencium, serta mengamati perilaku makan orang-orang di sekitar mereka (Nigussie Worku *et al.*, 1970).

Perilaku makan yang menyimpang merupakan perilaku yang tergolong maladaptif. Memodifikasi perilaku maladaptif, merupakan fokus utama dari pendekatan keperilakuan (*behavioral approach*). *Differential Reinforcement of Alternative behavior* (DRA) merupakan salah satu dari beberapa metode intervensi yang dilakukan dengan pendekatan keperilakuan. DRA adalah prosedur modifikasi perilaku yang dilakukan dengan menguatkan perilaku alternatif yang spesifik, sedangkan target perilaku tidak mendapatkan penguatan apapun Miltenberger (2015). DRA menggunakan asumsi bahwa dengan dikuatkannya perilaku alternatif pengganti, perilaku lama yang menjadi target perilaku akan mengalami penurunan frekuensi (Vollmer *et al.*, 2020).

Perilaku alternatif dapat dikuatkan dengan menerapkan token ekonomi. Token ekonomi sendiri diterapkan dengan cara memberikan token sebagai stimulus netral berupa poin atau barang kepada anak untuk menguatkan perilaku pengganti (Shakespeare *et al.*, 2018). Token ekonomi memberikan imbalan yang jelas dan praktis. Selain itu, token ekonomi menyediakan pendekatan yang terstruktur dan konsisten dalam mengubah perilaku, dapat disesuaikan dengan berbagai konteks dan populasi (Ivy

et al., 2017). Selain dengan token ekonomi, dukungan positif dari orang-orang di sekitar atau *positive behavior support* juga dibutuhkan untuk menguatkan perilaku target yang diharapkan menjadi kebiasaan baru (Grey *et al.*, 2017).

Artikel ini bertujuan untuk mengulas praktik DRA dengan token ekonomi sebagai metode intervensi untuk menurunkan perilaku makan yang menyimpang pada seorang anak gelandangan yang dirawat di Balai Rehabilitasi Sosial dan Pengasuhan Anak. Pendekatan DRA dengan token ekonomi merupakan sebuah strategi yang memperkenalkan perilaku baru sebagai pengganti perilaku lama dengan melibatkan pemberian imbalan atau token sebagai insentif untuk memotivasi perilaku pengganti yang diinginkan. Dengan memanfaatkan studi kasus, artikel ini akan menjelaskan implementasi dan hasil dari penggunaan DRA dengan token ekonomi dalam menangani masalah perilaku makan yang dialami oleh anak tersebut. Selain itu, artikel ini juga akan membahas implikasi dan relevansi temuan tersebut dalam konteks rehabilitasi sosial dan pengasuhan anak, serta memberikan rekomendasi untuk pengembangan intervensi yang lebih efektif di masa depan.

1. Metode

1.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus tunggal atau *Single Case Experimental Design* (SCED). SCED adalah desain penelitian yang digunakan untuk mempelajari efek dari intervensi pada perilaku dalam kasus individu seiring berjalannya waktu (Chen & Pustejovsky, 2022). Karakteristik utama dari SCED adalah adanya pengukuran perilaku yang dilakukan secara berulang pada kondisi yang berbeda, misal sebelum dan sesudah suatu intervensi dilakukan (Kazdin, 2019). Sehingga efek dari intervensi dapat diketahui melalui perbandingan dari hasil di kedua kondisi dalam kasus tersebut. SCED telah digunakan banyak pada berbagai setting mulai dari setting klinis, sekolah, hingga komunitas (Kratochwill & Levin, 2014). Penelitian studi kasus tunggal adalah penelitian yang paling umum dalam penelitian studi kasus.

Dalam penelitian ini, asesmen dilakukan untuk melihat secara keseluruhan kondisi serta mendalami permasalahan partisipan. Evaluasi dari efek intervensi dilakukan dengan membandingkan kondisi partisipan pada tiga kondisi yaitu (1) sebelum intervensi dilakukan, (2) saat intervensi dilakukan, dan (3) setelah intervensi dilakukan.

1.2 Deskripsi Kasus

Manis adalah anak perempuan berusia 6 tahun yang tinggal di sebuah balai rehabilitasi anak dan remaja milik pemerintah sejak dua yang lalu. Keluhan terkait Manis disampaikan oleh pekerja sosial Balai. Pekerja sosial mengeluhkan Manis sering mengambil sisa makanan dan bungkus makanan dari tempat sampah untuk dimakan. Perilaku ini terjadi sejak Manis masuk TK hingga saat ini dirinya di kelas 1 SD. Perilaku ini hanya terjadi di sekolah, hal ini dikarenakan tidak adanya sampah makanan di dalam Balai. Pekerja sosial sudah mencoba menasehati Manis agar tidak kembali makan dari sisa makanan di

tempat sampah, akan tetapi perilaku tersebut tetap saja terjadi.

Manis mengaku sering memakan makanan dari tempat sampah karena dirinya merasa lapar. Setelah makan pagi, Manis merasa bahwa dirinya sudah kenyang, tetapi sesaat setelah itu, dirinya mulai lapar kembali. Oleh sebab itu, Manis sering pergi ke kantin di pagi hari sesaat setelah ia sampai di sekolah dan mencari-cari makanan di tempat sampah di kantin. Ia memilih mengambil jatah uang jajan di sore hari alih-alih mengambil di pagi hari sehingga ketika masuk sekolah ia tidak membawa uang jajan. Manis juga menuturkan bahwa dirinya memakan makanan dari tempat sampah karena dirinya teringat melihat beberapa pemulung mengambil dan memakan makanan dari tempat sampah saat dirinya memulung bersama ibunya. Manis tidak memiliki pengetahuan atau kemampuan lain untuk mengatasi rasa laparnya ketika di sekolah kecuali dengan mengambil makanan dari tempat sampah.

Manis datang dari keluarga dengan status ekonomi di bawah sejahtera. Sebelum masuk ke balai rehabilitasi, dirinya tinggal bersama ibu, nenek, paman, kakek dan adik di rumah petak berukuran 2 x 3 m. Ayah Manis meninggal dunia ketika dirinya masih berusia dua tahun, oleh sebab itu seluruh anggota keluarga Manis aktif mencari nafkah untuk menghidupi dan mencukupi kebutuhan sehari-hari. Nenek bekerja sebagai penjual koran, kakek bekerja sebagai tukang becak, sedangkan ibu dan paman Manis bekerja sebagai pengamen serta pemulung. Ketika masih tinggal bersama keluarga, Manis dan adiknya selalu diajak ibu untuk mencari uang sebagai pengamen dan memulung.

1.3 Asesmen

Asesmen dilakukan untuk mengetahui lebih lanjut terkait kondisi serta permasalahan yang dialami partisipan. Observasi, wawancara, dan tes psikologi digunakan sebagai metode asesmen dalam penelitian ini. Asesmen yang dilakukan lebih lanjut dijabarkan pada Tabel 1. Berdasarkan hasil asesmen, didapatkan bahwa Manis memiliki nafsu makan melebihi anak-anak seusianya yang tinggal di Balai tersebut. Makanan apapun yang diberikan kepadanya akan dimakan hingga habis. Balai memiliki jadwal makan 3 kali sehari, selain jadwal tersebut, anak-anak mendapatkan sekali *snack* dan jatah uang jajan sekali yang dapat diambil di pagi atau sore hari. Ketika jadwal makan berat, anak tidak diperbolehkan menambah lauk, tetapi boleh menambah nasi. Selain jadwal makan tersebut, anak-anak tidak mendapatkan makanan lain. Anak-anak juga tidak diperbolehkan untuk meminta makanan dari orang lain.

Berdasarkan asesmen lebih lanjut, didapatkan bahwa balai tersebut tidak memiliki peraturan khusus terkait perilaku membawa bekal ke sekolah, tetapi memperbolehkan anak-anak untuk membawa bekal dengan meminta langsung kepada ibu staff dapur. Meskipun demikian, tidak semua membawa bekal karena terdapat anak-anak yang tidak mempunyai kotak makan, salah satunya adalah Manis.

Perilaku memakan makanan dari tempat sampah sudah terjadi saat Manis masuk TK. Pada saat dirinya TK, kebiasaan tersebut dilakukannya setiap pagi dan ketika

jam istirahat. Ketika sampai di TK, Manis langsung menuju tempat sampah dan mengambil sisa makanan untuk dimakan. Hal tersebut ia lakukan juga ketika jam istirahat. Melihat hal tersebut, ibu guru mengingatkan dan menegur Manis.

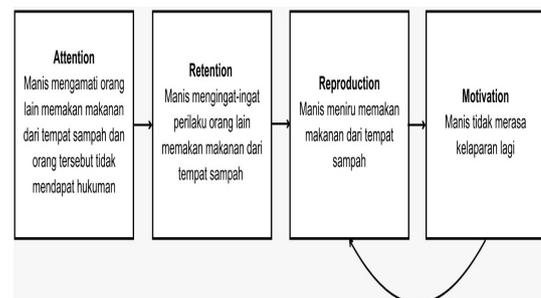
Sedangkan saat dirinya masuk SD, ia datang pagi-pagi dari balai ke sekolah langsung menuju ke kantin. Sesampainya di kantin, Manis mencari sisa-sisa bungkus makanan atau sisa makanan yang jatuh di laci meja makan kantin atau di lantai kemudian memakannya. Ketika istirahat Manis sering pergi ke kantin dan diam di pojok kantin sambil melihat teman-temannya makan. Ketika melihat perilaku Manis, ibu penjaga kantin menegurnya.

1.4 Formulasi

Perilaku makan yang menyimpang, yaitu perilaku mengambil dan memakan sisa makanan dari tempat sampah merupakan perilaku yang dipelajari sebelum Manis tinggal di Balai. Manis yang selalu mengikuti ibunya untuk mencari uang di jalan dengan cara mengemis dan memulung. Ketika mengikuti ibunya mencari uang di jalan, Manis secara tidak langsung melakukan *observational learning* atau pembelajaran melalui observasi lingkungan dan orang-orang di sekitarnya.

Berdasarkan *framework* yang dicetuskan oleh Bandura dan Jeffrey (dalam Fryling *et al.* (2011)), Manis melakukan *observational learning* melalui 4 proses, yaitu (1) *attention*, memperhatikan stimulus yang akan dipelajari; (2) *retention*, mengingat stimulus yang akan dipelajari; (3) *reproduction*, mengulangi kembali perilaku yang akan dipelajari; dan (4) *motivation*, adanya motivasi yang kemudian mendorong terjadinya perilaku tersebut. Pada kasus ini, keseharian Manis mengikuti ibu mencari uang dan memulung di jalan memaparkan dirinya pada perilaku-perilaku pemulung lain mengambil dan memakan sisa makanan dari sampah. Perilaku pemulung lain yang dilihatnya tidak mendapatkan hukuman apapun dari lingkungan, hal ini membuat Manis meniru perilaku tersebut ketika dirinya lapar. Hilangnya rasa lapar menjadi motivasi Manis untuk mengulangi perilaku tersebut. Proses *observational learning* perilaku makan yang menyimpang pada Manis dapat lebih rinci dilihat pada Gambar. 1

Gambar 1
Proses Observational Learning Manis



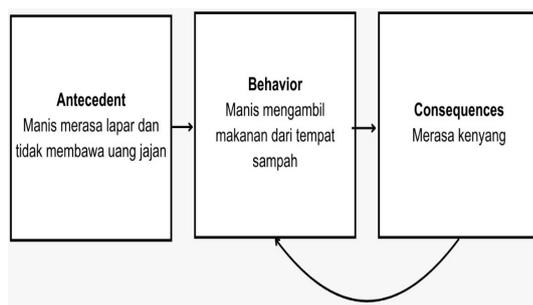
Proses timbulnya perilaku makan menyimpang yang saat ini terjadi pada Manis dapat lebih lanjut dijelaskan dalam *framework ABC model* (Miltenberger, 2015). *ABC*

Tabel 1
Asesmen

Tujuan	Metode Asesmen	Sumber Informasi	Pertemuan (kali)	Lokasi
Mengetahui gambaran permasalahan dan aspek sosial, emosional, serta kognitif partisipan	Wawancara	Pekerja Sosial	2	Balai rehabilitasi anak dan remaja
	Wawancara	Partisipan	2	
	Wawancara	Wali Kelas	1	Sekolah Partisipan
Melihat penampilan, ekspresi, serta interaksi sosial partisipan dengan lingkungan	Observasi	Partisipan	1	Balai rehabilitasi anak dan remaja
Mengetahui kapasitas kognitif partisipan	CPM	Partisipan	1	Balai rehabilitasi anak dan remaja
Mengetahui perilaku makan partisipan di Balai	Observasi	Partisipan	2	Balai rehabilitasi anak dan remaja
	Wawancara	Ibu Staff Dapur	1	
Mengetahui perilaku makan partisipan di Sekolah	Observasi	Partisipan	2	Sekolah Partisipan
	Wawancara	ibu penjaga kantin	1	

model terdiri atas (1) *antecedent* atau kondisi yang terjadi sebelum target perilaku; (2) *behavior* atau target perilaku yang hendak diubah; (3) *consequences* atau konsekuensi dari terjadinya perilaku. Pada dasarnya Manis adalah seorang anak yang memiliki nafsu makan yang besar. Meskipun demikian, karena dirinya tinggal di Balai, ia tidak bisa makan di luar jadwal yang disediakan. Sehingga tidak jarang ia merasa lapar ketika berada di sekolah. Permasalahan perilaku makan yang dialaminya saat ini muncul karena dirinya merasa lapar dan tidak membawa uang jajan (*antecedent*). Oleh sebab itu, ia memakan makanan dari tempat sampah yang meredakan rasa laparnya (*behavior*). Perasaan nyaman ketika dirinya kenyang tersebut yang menjadi konsekuensi dan motivasi dari ulangnya perilaku tersebut. Lihat Gambar 2.

Gambar 2
Proses Timbulnya Perilaku Makan Menyimpang Saat Ini



1.5 Rencana Intervensi

Intervensi dengan pendekatan keperilakuan menjadi intervensi yang dipilih untuk menangani permasalahan pada Manis. Intervensi dengan pendekatan keperilakuan dipilih dengan merujuk pada tujuan intervensi. Pada kasus Manis, tujuan dari intervensi adalah menurunkan perilaku makan makanan dari tempat sampah. Hal ini sesuai dengan tujuan utama intervensi pendekatan keperilakuan yaitu (1) meningkatkan perilaku yang diinginkan (*desirable behavior*) dan (2) menurunkan perilaku yang tidak di-

inginkan (*undesirable behavior*) (Miltenberger, 2015). Metode intervensi dengan pendekatan keperilakuan yang diterapkan dalam penelitian ini adalah DRA dengan token ekonomi.

DRA dengan Token ekonomi merupakan kombinasi dari dua metode modifikasi perilaku. DRA memiliki prosedur untuk menciptakan perilaku baru yang menjadi alternatif pengganti dari perilaku lama yang maladaptif. Perilaku alternatif yang akan dikuatkan dalam intervensi ini adalah perilaku menghabiskan makanan dari kotak makan. Pada penelitian ini Manis difasilitasi sebuah kotak makan. Kotak makan diberikan sebagai bagian dari intervensi, sehingga dengan keberadaan kotak makan untuk memfasilitasi perilaku alternatif tersebut. Perilaku menghabiskan makanan tersebut kemudian dikuatkan melalui token ekonomi. Token ekonomi sendiri merupakan sistem penguatan perilaku (*reinforcement system*) di mana penguat perilaku diwujudkan dalam bentuk token. Token tersebut telah dikondisikan diberikan kepada partisipan apabila partisipan menunjukkan perilaku yang diinginkan. Apabila token tersebut telah terkumpulkan, token dapat ditukar dengan penguat lainnya (Ness *et al.*, 2020).

Pada kasus ini, intervensi yang dilakukan pada kasus Manis menggunakan modifikasi dari DRO dengan token ekonomi yang disusun oleh Ness *et al.* (2020). Intervensi ini sebenarnya dimaksudkan untuk mengurangi perilaku memakan makanan yang tidak memiliki gizi atau yang biasa disebut sebagai *pica*. Pada intervensi yang disusun Ness *et al.* (2020), perilaku makan yang diganti dengan perilaku makan yang lebih adaptif dan token ekonomi dilakukan untuk meningkatkan perilaku makan yang lebih adaptif. Kegiatan yang dilakukan antara lain adalah (1) Penentuan target perilaku dan *baseline*; (2) Penentuan *antecedent* dari target perilaku; (3) Menentukan perilaku alternatif; (4) Penentuan token ekonomi untuk meningkatkan perilaku baru dan menurunkan target perilaku (Volkmar, 2012). Kegiatan penentuan target perilaku dan *baseline* serta token ekonomi dilakukan selama satu minggu. Sedangkan kegiatan pengenalan perilaku baru pada partisipan dan *significant other* (wali kelas, ibu penjaga kantin, dan ibu staf dapur) dilakukan dalam 2

sesi dengan durasi 60 menit/sesi. Token diberikan sehari sekali selama intervensi berlangsung dan kemudian dihi-tung serta ditukar dengan *backup reinforcer* pada akhir sesi. Selain itu, peneliti juga menyediakan kotak makan untuk Manis, agar Manis bisa selalu untuk membawa dan menghabiskan bekal setiap hari.

1.6 Analisis Data

Analisis data dilakukan untuk melihat efektivitas intervensi. Pada penelitian ini, efektivitas intervensi dilakukan dengan membandingkan frekuensi perilaku makan makanan dari tempat sampah pada satu minggu sebelum intervensi dilakukan, saat intervensi dilakukan, dan satu minggu setelah intervensi dilakukan. Frekuensi perilaku menghabiskan bekal juga menjadi salah satu tolok ukur penentu efektivitas intervensi. Frekuensi perilaku makan yang menyimpang akan diukur melalui metode observasi dan rekaman perilaku (*behavioral records*) yang dilakukan oleh ibu penjaga kantin. Sedangkan frekuensi perilaku menghabiskan bekal diobservasi oleh ibu staf dapur.

2. Hasil

2.1 Implementasi Intervensi

Rangkaian intervensi dilakukan dengan mengadakan sembilan sesi pertemuan dalam kurun waktu dua bulan. Keseluruhan rangkaian intervensi dapat dilakukan sesuai dengan rencana tanpa adanya kendala yang signifikan. Pada saat sesi pengenalan perilaku alternatif, Manis nampak enggan melakukannya. Namun setelah diberikan iming-iming selotip warna-warni sebagai token, Manis mau untuk membawa bekal. Selama satu minggu, token diberikan setiap hari sepulang sekolah oleh peneliti, tepatnya setelah ibu staf dapur, ibu kantin, dan ibu wali kelas melaporkan perilaku Manis. Selama proses intervensi, Manis bertindak sangat kooperatif. Dirinya memahami dan sebagian besar waktu mampu dalam menuruti instruksi-instruksi yang disampaikan. Selain Manis yang mudah untuk diberikan instruksi, peran dari *significant others* dalam keberlangsungan intervensi sangatlah besar.

Significant others yang terlibat dalam intervensi ini antara lain adalah ibu wali kelas, ibu penjaga kantin, dan ibu staf dapur. Pihak-pihak ini adalah individu yang merupakan *support system* Manis, baik di lingkup balai maupun sekolah. Di pagi hari, ibu staf dapur akan menyiapkan makanan untuk menjadi bekal Manis di sekolah. Selanjutnya di siang hari sepulang sekolah, ibu staf dapur juga menanyakan apakah Manis menghabiskan bekalnya. Di sekolah, ibu penjaga kantin dan ibu wali kelas selalu bertanya pada Manis tentang bekalnya dan memuji perilaku Manis yang menghabiskan bekal dan tidak lagi memakan makanan dari sampah. Perilaku-perilaku ibu penjaga kantin, ibu wali kelas, dan ibu staf dapur tersebut tentunya memberikan rasa nyaman dan rasa diperhatikan bagi Manis yang dapat memperkuat dan mempertahankan perilaku barunya.

2.2 Luaran Intervensi

Pada saat intervensi hingga satu minggu setelah intervensi berakhir, Manis menunjukkan penurunan perilaku memakan makanan dari tempat sampah dan mulai meningkatkan perilaku menghabiskan bekal ke sekolah. Hasil

ini dilihat berdasarkan catatan perilaku yang dilaporkan oleh ibu penjaga kantin dan Ibu staf dapur. Lihat Tabel 2.

3. Diskusi

Artikel ini menguraikan dinamika terjadinya perilaku memakan makanan dari tempat sampah serta intervensi yang diterapkan pada subjek Manis. Dalam konteks SCED (*Single Case Experimental Design*), penerapan DRA (*Differential Reinforcement of Alternative Behavior*) dengan penggunaan token ekonomi terbukti efektif dalam menurunkan perilaku target, yaitu memakan makanan dari tempat sampah dan meningkatkan perilaku yang menjadi alternatif, yaitu menghabiskan bekal. Penggunaan token ekonomi dirasa efektif karena pada sesi pengenalan perilaku alternatif, Manis awalnya enggan berpartisipasi. Namun, setelah dijanjikan selotip warna-warni sebagai hadiah, Manis bersedia untuk membawa bekal.

Evaluasi pasca intervensi menunjukkan bahwa perilaku alternatif, yaitu menghabiskan bekal makanan, terus bertahan, sementara perilaku memakan makanan dari tempat sampah mengalami penurunan frekuensi, sesuai dengan tujuan intervensi.

3.1 Perilaku Makan yang Menyimpang pada Manis

Perilaku makan, sama seperti perilaku merokok merupakan aktivitas yang dipengaruhi oleh konteks sosial, terutama pada anak-anak (Duffy *et al.*, 2019). Dalam hal ini, perilaku makan Manis dipengaruhi oleh keadaan lingkungannya. Manis adalah seorang anak yang berasal dari keluarga dengan kemampuan ekonomi yang rendah. Hal ini menyebabkan keluarga Manis lebih berfokus mencari uang ketimbang memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan Manis. Menurut Scaglioni *et al.* (2011), selain kebutuhan biologis dan genetik, lingkungan juga memiliki peran utama yang penting dalam menjadi model perilaku makan pada anak-anak. Konteks sosial di mana pola perilaku makan anak-anak berkembang merupakan hal yang penting untuk diperhatikan. Hal ini dikarenakan karena perilaku makan orang-orang di lingkungan tersebut berfungsi sebagai model bagi anak yang sedang berkembang. Terbukti dari perilaku makan Manis terbentuk karena saat ikut ibunya mengemis Manis sering melihat orang-orang lain mengais sisa makanan dari tempat sampah. Model-model tersebut dapat memiliki efek yang kuat pada pemilihan makanan, terutama ketika model tersebut mirip dengan pengamat atau dianggap sebagai sangat berpengaruh (Ragelienė & Grønhøj, 2020).

Manis sering merasa lapar ketika di sekolah namun ia tidak memiliki uang untuk membeli makanan di kantin dan tidak memiliki keberanian untuk meminta makanan dari teman-temannya, oleh sebab itu kebiasaan Manis mengais sisa makanan dari tempat sampah mulai muncul. Rasa lapar yang terpuaskan dan kebiasaan melihat para pemulung mengais makanan dari tempat sampah menjadikan perilaku tersebut kebiasaan bagi Manis. Oleh sebab itu, pengenalan dan penguatan pada pola perilaku baru untuk menggantikan perilaku makan dari sisa makanan tersebut perlu dilakukan (Miltenberger, 2015). Selain Manis, orang-orang dewasa disekitarnya juga perlu untuk belajar prosedur modifikasi perilaku untuk membantu Manis mengatasi perilakunya tersebut.

Tabel 2

Catatan Rekaman Perilaku

	Perilaku	Pencatat	Sebelum Intervensi	Saat Intervensi	Setelah Intervensi
Perilaku Pengganti	menghabiskan bekal	ibu staf dapur	Tidak Terjadi	5 kali	5 kali
Target Perilaku	memakan makanan dari tempat sampah	ibu penjaga kantin	3 Kali	Tidak terjadi	Tidak terjadi

3.2 Pengenalan Perilaku Alternatif

Differential Reinforcement (DR) dalam *behavior therapy* adalah proses yang menguatkan satu respon spesifik dan tidak memperkuat respon lain, sehingga respon yang tidak diperkuat akan menurun dan hilang atau *extinct* (Wallace & Najdowski, 2009). DR pada umumnya menggunakan prinsip dasar diskriminasi atau kemampuan untuk membedakan konteks lingkungan dan berperilaku secara tepat sesuai dengan lingkungan yang ada (Zane, 2021b). Pada penelitian ini, DR dilakukan agar Manis dapat membedakan konteks lingkungan ketika dirinya dulu masih memulung bersama ibunya serta konteks lingkungannya saat ini.

Salah satu variasi dari DR adalah DRA. DRA banyak digunakan dan terbukti efektif dalam mengurangi berbagai macam permasalahan perilaku pada anak-anak, mulai dari perilaku tantrum hingga *pica* (Wallace & Najdowski, 2009). DRA tepat digunakan untuk perilaku yang diulangi terus menerus, hal ini dikarenakan DRA mampu mengajarkan individu untuk terlibat dalam perilaku yang lebih tepat daripada perilaku yang menjadi target. DRA terdiri atas empat tahap yaitu (1) menentukan target perilaku; (2) menentukan *antecedent* dari target perilaku tersebut; (3) menentukan perilaku alternatif; (4) menentukan teknik penguat perilaku (Zane, 2021a). Pada kasus Manis, target perilaku yang ingin diturunkan adalah perilaku memakan makanan dari tempat sampah. Perilaku tersebut muncul dan diulangi dikarenakan perasaan lapar yang dialaminya. Oleh sebab itu, perilaku alternatif perlu ditetapkan untuk mengurangi perasaan lapar.

Perilaku menghabiskan bekal ke sekolah diajarkan kepada Manis sebagai perilaku alternatif. Sebelum perilaku itu diajarkan, Manis diberi fasilitas berupa kotak makan, kemudian dirinya diinstruksikan untuk menghabiskan makanan yang dibekalkan kepadanya oleh ibu staf dapur. Perilaku menghabiskan bekal yang ia bawa ke sekolah merupakan alternatif tepat sesuai dengan norma yang ada dan diperbolehkan oleh sekolah, serta memenuhi fungsi yang sama dengan target perilaku yaitu menurunkan perasaan lapar yang dialami Manis. Hal ini sesuai dengan syarat-syarat perilaku alternatif yaitu (1) layak dan tepat; (2) memenuhi fungsi yang sama dengan target perilaku; (3) berlawanan dengan target perilaku (Zane, 2021a). Pada awalnya Manis terlihat enggan melakukan, tapi semenjak diberitahu bahwa akan diberi selotip warna-warni, Manis terlihat bersemangat dan mendengarkan dengan sungguh-sungguh semua yang diinstruksikan oleh peneliti.

3.3 Penguatan Perilaku Alternatif

Penguatan perilaku menghabiskan bekal yang ia bawa ke sekolah dilakukan dengan teknik token ekonomi. Token ekonomi adalah sistem penguatan di mana suatu media

pertukaran digunakan untuk mendapatkan berbagai barang, jasa, atau hak istimewa yang telah disepakati bersama. Sebuah penelitian menemukan bahwa penggunaan token ekonomi terbukti dapat secara efektif mempertahankan perilaku yang diharapkan serta menghilangkan perilaku menyimpang yang ditargetkan (Andzik *et al.*, 2020).

Token ekonomi terdiri dari beberapa komponen utama: (a) Perilaku target, (b) sebuah token yang berfungsi sebagai penguat kondisional (alat tukar), (c) penguat cadangan, (d) jadwal pemberian token, dan (e) jadwal pertukaran token (Ivy *et al.*, 2017). Token dalam penelitian ini berupa selotip cantik yang dianggap sebagai tiket yang ditempelkan pada papan yang diberi nama "Papan Tiket". Manis kemudian diberi informasi terkait metode token ekonomi yang diberlakukan selama seminggu ke depan. Informasi tersebut menjelaskan bahwa apabila Manis menghabiskan bekal makanan ke sekolah, maka ia akan diberi token berupa selotip oleh peneliti. Namun ketika Manis tidak menghabiskan bekal maka tidak akan diberi token, dan jika Manis masih mencari makanan dari tempat sampah, tokennya akan dikurangi 3 point. Untuk memberikan selotip, peneliti dan Manis perlu melihat laporan dari ibu kantin, ibu wali kelas, dan ibu staf dapur terkait perilaku Manis saat di sekolah. Saat mempraktekkan perilaku alternatif ini, ada beberapa kali Manis terlihat meminta hadiah untuknya diberikan lebih cepat dari waktu yang telah disepakati namun Manis tetap menjalankan ini dengan baik.

Penguat cadangan dalam intervensi ini ditentukan secara kolaboratif antara Manis dan peneliti. Penguat yang dipilih oleh Manis adalah makanan apabila selotip pada papannya berjumlah 9, mainan apabila selotip pada papannya berjumlah 15; dan kesempatan untuk menelpon ibu apabila dirinya dapat mengumpulkan selotip sejumlah 21. Pemilihan penguat cadangan sangat penting bagi efektivitas token ekonomi. Hal ini dikarenakan orang yang berbeda merespons dengan baik terhadap penguat yang berbeda, sehingga penguat cadangan harus dipilih secara khusus sesuai dengan individu yang diintervensi (Miltenberger, 2015).

3.4 Peran Lingkungan

Meskipun dengan memperkenalkan Manis pada perilaku alternatif yang lebih adaptif serta memperkuat respon perilaku alternatif tersebut dengan penguat yang dipilih sendiri, peran lingkungan, khususnya Ibu wali kelas, ibu staf dapur dan ibu kantin juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan intervensi. *Support* atau dukungan dari lingkungan sekitar penting dalam proses perubahan perilaku (Greaney *et al.*, 2017).

Dalam intervensi ini, ibu wali kelas, ibu kantin, dan ibu staf dapur secara tidak langsung memberikan dukungan dan perhatian pada Manis. Di pagi hari, ibu kantin

dan ibu wali kelas selalu bertanya pada Manis tentang bekalnya dan memuji perilaku Manis yang menghabiskan bekal sehingga tidak lagi mengambil makanan dari sampah. Di siang hari, ibu staf dapur juga menanyakan apakah Manis menghabiskan bekalnya dan terkadang menemaninya mencuci kotak bekalnya. Perilaku-perilaku ibu kantin, ibu wali kelas, dan ibu staf dapur tersebut tentunya memberikan rasa nyaman dan rasa diperhatikan bagi Manis. Hal tersebut yang membuat Manis semakin terdorong dalam mengulangi perilaku menghabiskan bekal dan mengurangi perilaku mengambil makanan dari tempat sampah.

Dalam beberapa intervensi perubahan perilaku, dukungan yang dirasakan dari keluarga, teman, dan pengusaha telah terbukti penting untuk perubahan perilaku dalam bidang aktivitas fisik dan perilaku makan (Skarin *et al.*, 2019). Hal ini dikarenakan dukungan sosial dari orang-orang di sekitar melibatkan pula *support* emosional. *Support* emosional tersebut mencakup membuat individu yang diintervensi merasa dihargai dan diperhatikan. Perasaan ini yang kemudian lebih jauh memotivasi individu untuk mengubah perilakunya (Greaney *et al.*, 2017; Soulakova *et al.*, 2018).

3.5 Keterbatasan Penelitian

Meskipun intervensi terbukti menurunkan perilaku memakan makanan dari tempat sampah pada Manis, intervensi ini tidak lepas dari tantangan dan keterbatasan. Selama proses intervensi, terdapat beberapa tantangan yang terjadi. Manis masih mengalami *delayed gratification* atau kesulitan untuk menunda pemuasan keinginan. Oleh sebab itu, dirinya sering merajuk untuk diberikan 'hadiah' sebelum semua token dikumpulkan. Sehingga dirinya lebih termotivasi secara eksternal untuk melakukan perilaku alternatif.

Token ekonomi sebagai salah satu penguat perilaku alternatif tidak diberlakukan setelah intervensi selesai. Oleh sebab itu, tidak diketahui apakah perilaku alternatif masih diulangi atau tidak. Hal tersebut ditambah dengan Evaluasi dan *follow up* yang dilakukan hanya pada seminggu setelah intervensi selesai, sehingga tidak diketahui apakah intervensi memiliki efek yang permanen pada Manis.

4. Kesimpulan

Studi kasus ini menunjukkan bahwa DRA dengan token ekonomi mampu menurunkan perilaku makan yang menyimpang pada anak gelandangan. Jika dikaitkan dengan konteks Manis, token ekonomi dapat membantu menumbuhkan motivasi Manis untuk menghabiskan bekal. Membawa dan menghabiskan bekal dapat membantu mengontrol nafsu makan Manis sekaligus memperkenalkan Manis untuk makan makanan yang seharusnya bukan dari sisa makanan di tempat sampah.

Dengan mengajarkan anak gelandangan untuk membedakan konteks lingkungan dan perilaku makan yang lebih adaptif, serta melibatkan anak dalam penentuan penguat cadangan, mampu membuat perilaku makan yang menyimpang menurun serta di sisi lain meningkatkan perilaku makan yang adaptif. Peran dukungan dari lingkungan juga menjadi penguat yang tidak secara langsung berkontribusi terhadap keefektifan intervensi.

Meskipun demikian ini adalah penelitian menggunakan *design single case*, yang mana hanya melakukan asesmen pada satu partisipan. Maka dari itu kesimpulan dari penelitian ini tidak bisa digeneralisir pada semua anak jalanan.

4.1 Saran

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan asesmen penelitian dengan tema perilaku makan anak jalanan, bisa dengan *design multiple case* agar hasil yang didapatkan lebih beragam. Bagi peneliti lain yang melakukan penelitian yang menerapkan DRA dalam menangani permasalahan perilaku makan pada anak, sebaiknya menggunakan teknik atau metode lain dalam memperkuat perilaku alternatif. Pemilihan metode yang memperkuat perilaku alternatif perlu memfokuskan pada peningkatan motivasi intrinsik dibandingkan motivasi ekstrinsik sehingga perubahan lebih berkelanjutan.

5. Pernyataan

5.1 Ucapan Terima Kasih

Peneliti ingin menyampaikan penghargaan yang besar kepada Balai Rehabilitasi Sosial dan Pengasuhan Anak (BRSPA) Dinas Sosial DIY serta SD Negeri 1 Cangkringan atas kesempatan yang diberikan kepada peneliti untuk melaksanakan seluruh proses penelitian.

5.2 Pendanaan

Penelitian ini dibiayai sepenuhnya oleh dana pribadi peneliti

5.3 Kontribusi Penulis

Penulis utama bertanggung jawab dalam perancangan asesmen, pelaksanaan penelitian, dan penulisan naskah penelitian. Penulis kedua memberikan bimbingan dan masukan dalam proses asesmen, intervensi, dan penulisan artikel.

5.4 Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan selama penulisan artikel

5.5 Orcid ID

Smita Dinakaramani  <https://orcid.org/0000-0003-1303-4405>

Sofia Retnowati  <https://orcid.org/0000-0002-1479-8469>

Daftar Pustaka

- Almaida, A., Eka Putri O. A., A., Zulkifli, Z., Ridwan Said Ahmad, M., & Arifin, I. (2023). Fenomena anak jalanan di kota Makassar dan problematikan yang dihadapi. *COMSERVA : Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 2(12), 3131–3138.
- Andzik, N., Smith, E., & Neef, N. (2020). Using a token economy to treat escape-maintained problem behavior without extinction. *Behavior Modification*, 46(1), 128–146.
- Arabbadvi, Z., Khoshnood, Z., Foroughameri, G., & Mazallahi, M. (2023). Education as an effective strategy to promote nutritional knowledge, attitudes, and behaviors in street children. *BMC Public Health*, 23(1).
- Chen, M., & Pustejovsky, J. E. (2022). Multilevel meta-analysis of single-case experimental designs using robust variance estimation. *Psychological Methods*.

- Cumber, S. N., & Tsoka-Gwegweni, J. M. (2016). Pattern and practice of psychoactive substance abuse and risky behaviors among street children in Cameroon. *South African Journal of Child Health, 10*(3), 166.
- Duffy, K. A., Green, P. A., & Chartrand, T. L. (2019). Mimicry and modeling of health(-risk) behaviors: How others impact our health(-risk) behaviors without our awareness. *Journal of Nonverbal Behavior, 44*(1), 5–40.
- Fryling, M. J., Johnston, C., & Hayes, L. J. (2011). Understanding observational learning: An interbehavioral approach. *The Analysis of Verbal Behavior, 27*(1), 191–203.
- Greaney, M. L., Puleo, E., Sprunck-Harrild, K., Haines, J., Houghton, S. C., & Emmons, K. M. (2017). Social support for changing multiple behaviors: Factors associated with seeking support and the impact of offered support. *Health Education & Behavior, 45*(2), 198–206.
- Grey, I., Mesbur, M., Lydon, H., Healy, O., & Thomas, J. (2017). An evaluation of positive behavioural support for children with challenging behaviour in community settings. *Journal of Intellectual Disabilities, 22*(4), 394–411.
- Hakim, M. A., & Kamruzzaman, M. (2015). Nutritional status of central Bangladesh street children.
- Ivy, J. W., Meindl, J. N., Overley, E., & Robson, K. M. (2017). Token economy: A systematic review of procedural descriptions. *Behavior Modification, 41*(5), 708–737.
- Kazdin, A. E. (2019). Single-case experimental designs. Evaluating interventions in research and clinical practice. *Behaviour Research and Therapy, 117*, 3–17.
- Kratochwill, T. R., & Levin, J. R. (2014). *Single-case intervention research: Methodological and statistical advances*.
- Lashari, A., Kakepoto, H., Ali, Z., & Ibrar, M. (2023). Causes associated with the growing number of street children in urban cities of Indonesia. *Spring 2023, 3*(2), 382–392.
- Miltenberger, R. G. (2015). *Behavior modification: Principles and procedures 6th edition*. Cengage Learning.
- Ness, E., Strohmeier, C. W., Ramazon, N., & O'Connor, J. T. (2020). Behavioral assessment and treatment of pica in a typically developing 3-year-old. *Clinical Practice in Pediatric Psychology, 8*(1), 79–85.
- Nigussie Worku, B., Urgessa, D., & Abeshu, G. (1970). Psychosocial conditions and resilience status of street children in Jimma Town. *Ethiopian Journal of Health Sciences, 29*(3).
- Ragelienė, T., & Grønhoj, A. (2020). The influence of peers and siblings on children's and adolescents healthy eating behavior. A systematic literature review. *Appetite, 148*, 104592.
- Scaglioni, S., Arrizza, C., Vecchi, F., & Tedeschi, S. (2011). Determinants of children's eating behavior. *The American Journal of Clinical Nutrition, 94*, S2006–S2011.
- Shakespeare, S., Peterkin, V. M. S., & Bourne, P. A. (2018). A token economy: An approach used for behaviour modifications among disruptive primary school children. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience, 20*(2).
- Skarin, F., Olsson, L. E., Friman, M., & W'astlund, E. (2019). Importance of motives, self-efficacy, social support and satisfaction with travel for behavior change during travel intervention programs. *Transportation Research Part F: Traffic Psychology and Behaviour, 62*, 451–458.
- Soulakova, J. N., Tang, C.-Y., Leonardo, S. A., & Taliaferro, L. A. (2018). Motivational benefits of social support and behavioural interventions for smoking cessation. *Journal of Smoking Cessation, 13*(4), 216–226.
- Vameghi, M., Roshanfekar, P., Ali, D., Noroozi, M., Madani, S., McFarland, W., & Mirzazadeh, A. (2019). Population size estimates of street children in Iran: Synthesis of multiple methods. *Journal of Urban Health, 96*(4), 549–557.
- Volkmar, F. R. (2012). *Encyclopedia of autism spectrum disorder*. Springer.
- Vollmer, T. R., Peters, K. P., Kronfli, F. R., Lloveras, L. A., & Ibañez, V. F. (2020). On the definition of differential reinforcement of alternative behavior. *Journal of Applied Behavior Analysis, 53*(3), 1299–1303.
- Wallace, M. T., & Najdowski, M. D. (2009). Differential reinforcement of other behavior and differential reinforcement of alternative behavior. In J. E. Fisher & W. T. O'Donohue (Eds.), *General principles and empirically supported techniques of cognitive behavior therapy*. John Wiley & Sons.
- Zane, T. (2021a). Differential reinforcement procedure of alternative behavior (DRA/DRAIt) of incompatible behavior (DRI). In F. R. Volkmar (Ed.), *Encyclopedia of Autism Spectrum Disorder*. Springer.
- Zane, T. (2021b). *Encyclopedia of Autism Spectrum Disorder*. In F. R. Volkmar (Ed.), *Encyclopedia of Autism Spectrum Disorder*. Springer.
- Zarezadeh, T. (2013). Investigating the status of the street children: Challenges and opportunities. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 84*, 1431–1436.