

2) *Token economy* (kartu berharga)

Prinsip dalam teknik ini didasarkan pada strategi penghindaran pemberian *reinforcemen* secara langsung. *Token Economy* adalah usaha mengembangkan perilaku sesuai dengan tujuan yang diharapkan melalui penggunaan penghargaan. Token merupakan penghargaan yang dapat ditukar kemudian dengan berbagai barang yang diinginkan oleh konseli. Menurut Wallin, *Token Economy* yang diberikan kepada konseli merupakan bentuk dukungan sekunder untuk meningkatkan perubahan perilaku kearah yang adaptif.

Token economy merupakan salah satu contoh dari perkuatan yang ekstrinsik, yang menjadikan orang-orang melakukan sesuatu untuk meraih apa yang diinginkan. Tujuan prosedur ini adalah mengubah motivasi yang ekstrinsik menjadi motivasi yang instrinsik. Diharapkan bahwa perolehan tingkah laku yang diinginkan akhirnya dengan sendirinya akan menjadi cukup mengganjar untuk memelihara tingkah laku yang baru.

Langkah-langkah penerapan pemberian *token economy* sebagai berikut :

Pertama, membuat analisis ABC sama halnya dalam penerapan pemberian *reinforcement*. Kedua, menerapkan target perilaku yang akan dicapai bersama konseli. Ketiga, penetapan besaran harga atau poin token yang sesuai dengan perilaku target. Keempat, saat kapan token diberikan kepada konseli. Kelima, menetapkan perilaku awal program diantaranya memilih *reinforcement* yang sesuai dengan konseli. Memilih tipe token

yang akan digunakan, misalnya : bintang atau stempel. Dan kartu yang mengidentifikasi pihak yang terlibat dan membuat pedoman pelaksanaan *token economy*.

3) *Shaping* (pembentukan)

Teknik ini membentuk tingkah laku baru yang sebelumnya belum diberikan *reinforcement*. Tingkah laku diubah secara bertahap sampai tingkah laku akhir yang diinginkan. Agar teknik *Shaping* berjalan secara sistematis diperlukan pedoman dalam melakukan teknik ini. Berikut merupakan langkah-langkah pembentukan tingkah laku diantaranya: tahap pertama membuat analisis ABC terlebih dahulu setelah menganalisis menetapkan target yang diinginkan, tentukan bersama jenis *reinforcement positif* yang akan digunakan. Selanjutnya, Membuat perencanaan dengan membuat tahapan pencapaian perilaku mulai dari perilaku awal hingga akhir. Perencanaan dapat dimodifikasi selama berlangsungnya program *shaping*. Ditahap akhir penetapan pemberian *reinforcement* pada setiap tahap program.

Selain langkah-langkah dalam teknik *shaping* juga terdapat penerapan perencanaan *shaping* diantaranya: konseli harus diberi tau terlebih dahulu, diberikan penguatan segera setelah awal perilaku dilakukan. Jangan pindah tahap berikutnya sebelum konseli menguasai perilaku pada satu tahap. Bila belum yakin penguasaan perilaku konseli, dapat digunakan aturan 6-10 percobaan baru dapat berpindah pada cara lain. Jangan lupa cek efektifitas penguatan apakah terlalu rendah atau terlalu

cepat sehingga harus kembali pada tahap sebelumnya. Apabila untuk melanjutkan konseli dirasa sulit, maka dilatih ulang pada tahap yang dirasa sulit.

4) *Modelling* (penokohan)

Dalam teknik *modelling*, konseli mengamati seorang yang dijadikan model dan diharapkan konseli dapat mencontoh tingkah laku yang dijadikan model. Bandura menyatakan bahwa belajar bisa diperoleh melalui pengalaman langsung bisa pula diperoleh secara tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain. pengendalian diripun bisa dipelajari melalui pengamatan atas model yang dikenai hukuman. Status dan kehormatan model amat berarti dan pada umumnya dipengaruhi oleh tingkah laku model-model yang menempati status yang tinggi dan terhormat di mata konseli sebagai pengamat atau pencontoh. Pengaruh *modelling* dimana ketika konseli mengambil respon atau diperlihatkannya dalam perilaku baru. Melalui pengamatan terhadap tokoh, seseorang terdorong untuk melakukan sesuatu yang mungkin sudah diketahui atau dipelajari.

Penokohan dapat diperoleh melalui penokohan nyata (*live model*) seperti konselor, guru, anggota keluarga atau tokoh yang dikagumi yang dijadikan model oleh konseli bisa juga melalui penokohan simbolik (*symbolic model*) seperti tokoh yang dilihat melalui film, video, atau media lain. Terakhir Penokohan dapat diperoleh yang biasa disebut dalam dunia konseling ialah penokohan ganda (*multiple model*) seperti terjadi dalam kelompok, seorang

semua anak-anak mewujudkan kecemasan mereka dengan cara yang sama. Beberapa mungkin benar-benar bisu dan tidak dapat berbicara atau berkomunikasi dengan siapa pun namun, dapat berbicara dengan beberapa orang terpilih walaupun melalui bisikan. Bahkan beberapa anak tidak bergerak karena ketakutan ketika mereka dihadapkan pada situasi sosial tertentu. Ada pula anak yang 'terlihat' santai, riang dan bersosialisasi dengan satu atau beberapa anak-anak tetapi tidak dapat berkomunikasi dengan guru atau teman-teman.

Mengapa *Selective Mutism* ini dapat dikatakan sebagai sebuah masalah? Karena seseorang yang memiliki mental yang sehat diartikan sebagai kondisi mental yang tumbuh dan didasari motivasi yang kuat ingin meraih kualitas diri yang lebih baik. Dikatakan pribadi yang tidak sehat adalah pribadi yang tidak mampu mengatur diri dalam hubungannya dengan diri sendiri maupun orang lain. Sedangkan *selective mutism* sendiri dapat menghambat seseorang untuk mengembangkan potensinya. Orang yang dikatakan sehat tidak hanya sehat dalam mental namun sehat juga dalam kepribadian. Berikut konselor akan menyebutkan kriteria yang terdapat pada gangguan *Selective mutism*.

(b) Ciri-ciri *Selective Mutism*

Sebagian besar anak dengan sifat bisu selektif terlihat dan bertindak seperti anak lainnya, ketika mereka berada dalam situasi yang nyaman. Tetapi ketika mereka berada dalam situasi lain, seperti sekolah atau situasi yang membuat mereka sangat cemas dan tidak nyaman.

